Qisthi press
La Tahzan
Jangan bersedih !
Karya Fenomenal
Dr. 'Aidh al-Qarni
1 Buku Terlaris di Dunia

Dr. 'Aidh al-Qarni

La Tahzan

Jangan Bersedih!

press

Perpustakaan Nasional RI: Katalog Dalam Terbitan (KDT)

Al-Qarni, 'Aidh La Tahzan, jangan bersedih / 'Aidh al-Qarni; penerjemah, Samson Rahman; penyunting, Syamsuddin TU dan Anis Maftukhin. --Jakarta: Qisthi Press, 2004.
xxviii + 568 hal.; 15,5 x 24 cm.

Judul Asli: *La Tahzan*
ISBN 979-3715-05-7

1. Hidup keagamaan (Islam). I. Judul.
II. Rahman, Samson. III. Syamsuddin TU.
IV. Maftukhin, Anis

297.63

Judul Asli: *Lâ Tahzan*
Penulis: Dr. 'Aidh al-Qarni

Edisi Indonesia: Lâ Tahzan; Jangan bersedih!

Penerjemah: Samson Rahman
Tim Penyunting: Syamsuddin TU, Anis Maftukhin, dan A. Khalis.
Penata Letak: Ade Damayanti
Desain Sampul: Tim Qisthi Press

Penerbit: Qisthi Press
Anggota IKAPI
Jl. Melur Blok Z No. 7 Duren Sawit, Jakarta 13440
Telp: 021-8610159, 86606689
Fax: 021-86607003
E-mail: qisthipress@qisthipress.com
Website: www.qisthipress.com

Pengantar Penerbit

Di mana saja, di zaman modern ini, permasalahan yang dihadapi oleh manusia sama saja. Manusia yang dibesarkan dalam latar belakang yang dibentuk oleh generasi pendahulunya, harus berhadapan dengan arus budaya global yang sama sekali baru, tapi harus disikapi, disinggung, diseleksi, bahkan diterima. Sehingga tak ada bedanya di mana pun kita hidup: Di Indonesia, di Eropa, di Amerika, di Saudi Arabia sampai pun di pedalaman Afrika.

Dengan menjamurnya buku-buku ala *Chicken Soup* saat ini, menunjukkan bahwa arus budaya global itu tidak bisa dimungkiri lagi ada, dan punya kekuatan untuk mengakulturasi budaya lokal (yang bahkan bisa-bisa menyingkirkannya). Dan, buku ini adalah salah satunya. Dengan pertimbangan latar belakang sosial budaya yang merupakan tempat lahirnya Islam, buku ini menawarkan perspektif yang lain. Ketika membaca buku ini, penerbit mengajak pembaca untuk melihat dan memahami perspektif itu. Di sini, pembaca dituntut untuk menjadi seorang pemerhati sosial budaya Timur Tengah, baru kemudian memahami permasalahan modernisme di wilayah itu, dan dunia pada umumnya. Sebagai gambaran tentang bagaimana orang-orang Arab, khususnya Saudi Arabia, menghadapi arus budaya modern itu tampak dari pengalaman penulis buku ini. Adalah 'Aidh al-Qarni yang dalam usianya yang baru empat puluh tahun 3 tahun mendatang, ia sudah termasuk sosok yang sudah kenyang makan asam garam. Dengan tuduhan tidak berdalil, dia pernah dijebloskan ke dalam penjara. Dan ketika keluar, tulisan-tulisannya mendapat sambutan hangat dan masyarakat Saudi Arabia pada umumnya, khususnya buku ini. Dan itu tergambar dalam aliran tulisan bab per bab dalam buku ini: pada bab-bab pertama memang terkesan kurang masuk ke permasalahan aktual dan lebih menyajikan uraian-uraian yang dogmatis; baru di bab-bab tiga perempat berikutnya benar-benar *in*.

Alasan lain mengapa buku ini diterima luas adalah gaya bahasa dan penulisan yang mengalir dan lugas, yang seakan-akan lari dari pakem buku-buku Arab klasik meski membahas tema yang sama. Namun demikian, citra sastra yang banyak mewarnai budaya (baca: sistematika

penulisan) Arab pada umumnya, dengan sentilan petikan-petikan dari kata-kata bijak, syair-syair Arab kuno maupun modern, hingga hadits dan al-Qur`an, sangat kental di sini. Bukan saja karena faktor budaya saja, tapi latar belakang akademis penulis sendiri yang memungkinkan ke arah itu. Ia telah menyelesaikan program Doktoral dalam bidang Hadits di Fakultas Ushuluddin pada Al-Imam Islamic University, Riyadh. Ia juga hafal al-Qur`an (yang merupakan syarat mutlak sebagai mahasiswa di Saudi Arabia, pada umumnya), hafal 5000 hadits, dan lebih dari 10000 bait syair Arab kuno hingga modern.

Sejak pertama kali diterbitkan, 2001, (Dar Ibnu Hazm: Beirut), buku ini bertahan selama dua tahun sebagai buku terlaris. Untuk cetakan pertama, dalam kurang waktu sebulan sudah habis terjual. Antusiasme yang sama juga diberikan kepada cetakan kedua hingga kesembilan. Namun mulai cetakan ketiga, hak cetaknya diambil alih oleh sebuah pustaka besar di Riyadh, *Alobeikan*.

Dan penting untuk diketahui, Dr. 'Aidh al-Qarni adalah penulis paling produktif di Saudi Arabia saat ini.

Jakarta, akhir Agustus 2003

Pengantar Penerjemah

Segala puji dan syukur bagi Allah Rabb alam semesta. Shalawat dan salam semoga senantiasa tercurah kepada junjungan dan tauladan kita, Muhammad Rasulullah, keluarga, dan para sahabatnya. *Wa Ba'du.*

Jika kita membaca buku-buku *self-help*, buku-buku petunjuk cara hidup, nuansa yang akan kita dapatkan dalam buku-buku itu adalah bagaimana kita mencapai kesuksesan dunia, atau lebih tepatnya kesuksesan materiil. Hal ini banyak kita dapatkan dalam buku-buku yang ditulis oleh para penulis barat yang memang hanya berorientasi pada materi semata.

Coba baca buku-buku yang dianggap sangat berpengaruh dan menjadi *best seller* semisal, *The Magic of Thinking Big,* karya David J. Schwart, *How to Stop Worrying and Start Living,* karya Dale Carnegie, *Speech Can Change Your Life,* karya Dorothy Sarnoff ataupun buku *The Seven Habits of Highly Effective People,* tulisan Steven R. Covey, Anda akan dapatkan petunjuk-petunjuk praktis ke arah kebahagiaan yang lebih cenderung duniawi daripada ukhrawi. Allah dan akhirat tidak menjadi bagian paling penting dalam kajian-kajian mereka. Di sinilah, menurut orang-orang yang beriman, letak kekurangannya meski karya-karya mereka enak dibaca. Sisi kerohaniannya terasa begitu kering.

Berbeda tatkala kita membaca buku *Lâ Ta<u>h</u>zan* yang ditulis oleh Dr. 'Aidh al-Qarni. Buku ini sangat padat dengan nuansa *rabbani* tanpa mengesampingkan sisi-sisi duniawi. Kita seakan diajak untuk menatap dunia ini dengan pandangan yang seimbang: Kita diajak untuk menjadi idealis dengan tetap realistis, menjadi duniawi dan ukhrawi sekaligus, mempersiapkan kehidupan masa kini namun tak lupa masa depan, diajak bekerja dengan keras dan diajak pula beristirahat.

Tulisan dalam buku ini merupakan resep-resep manjur, yang menunjukkan kepada kita bagaimana harus meniti jalan kehidupan dan membangun kehidupan yang bahagia dengan berpedoman pada satu kata: *Lâ Ta<u>h</u>zan*, jangan bersedih. Dengan kata kunci ini kita akan dapat menjalani kehidupan ini dengan penuh semangat. Kita tidak akan pernah dirisaukan oleh masa lalu yang telah lewat dan tidak pula dicemaskan oleh masa depan yang akan datang. Kita akan menjadi manusia masa kini yang be-

kerja pada hari ini dengan mencurahkan segenap kekuatan dan pikiran yang ada dengan keyakinan bahwa hasil akhirnya kita serahkan kepada Allah. Dunia ini akan menjadi sangat indah jika kita menikmatinya dengan senyuman, bukan dengan muram durja serta kesedihan yang berlarut-larut. Ketika membaca buku ini dengan seksama kita akan merasa bahwa jiwa, kalbu, nurani, dan pikiran kita tercerahkan, dan pada saat yang bersamaan kita merasakan adanya peningkatan kualitas kehidupan ini. Selanjutnya, akan lahir dari diri kita simpati dan empati kepada orang lain, rasa peduli kepada sesama dan, yang lebih penting, kedekatan dengan Sang Maha Pencipta.

Ketika membaca buku ini kita seakan diingatkan kepada buku *How to Stop Worrying and Start Living,* karya Dale Carnegie dan buku *Jaddid Hayâtaka* karya Muhammad al-Ghazali. Namun berbeda dengan keduanya, *Lâ Tahzan* lebih terfokus, sederhana dan praktis untuk kita jadikan panduan dalam kehidupan kita.

Bahasan-bahasannya tidak terlalu panjang, penuh hikmah dan selalu memberi *waqfah* (rehat) untuk merenung sebelum kita membaca tulisan selanjutnya. Inilah kekhasan buku ini yang akan memberikan warna baru dalam khazanah keilmuan kita. Dan, yang sangat penting untuk tidak kita lewatkan adalah bagian akhir dari tulisan ini yang merupakan kesimpulan dari tulisan-tulisan sebelumnya. Pada bagian ini kita akan disegarkan dengan kata-kata dengan gaya bahasa *nash* yang menjadi saripati dari tulisan-tulisan sebelumnya. Kata-kata hikmah ini akan menjadi resep instan agar kita menjadi manusia paling bahagia di dunia dan akhirat.

Tidak semua syair yang ada dalam buku ini saya terjemahkan. Ini sengaja saya lakukan jika dalam satu bahasan ada beberapa syair yang saya anggap telah cukup mewakili syair-syair yang lain, di samping pertimbangan bahwa syair yang saya terjemahkan adalah syair yang mungkin akan lebih indah penerjemahannya dari syair yang lain. Namun saya yakin bahwa tidak diterjemahkannya sebagian syair-syair itu sama sekali tidak akan mengurangi maksud, nilai dan bobot buku ini.

Dalam penerjemahan ini saya sengaja mencantumkan surat dan nomor ayat—satu hal yang tidak diinginkan dan tidak dilakukan penulis—dengan harapan akan mempermudah pembaca dalam merujuk pada ayat-ayat yang ada di dalam al-Qur`an, terutama kalangan pembaca Indonesia.

Saya merasa mendapat amanah dan kehormatan ketika Qisthi Press memberikan kepercayaan kepada saya untuk menerjemahkan buku yang

sangat berharga dan mencerahkan ini. Banyak hal baru yang saya dapatkan dari menerjemahkan buku ini. Banyak pelajaran yang saya petik dari kisah-kisah penuh hikmah, resep-resep dan panduan hidup dalam buku ini. Semakin sering saya membaca buku ini semakin tinggi apresiasi saya terhadap makna hidup dan kehidupan ini. Saya yakin bahwa pengalaman yang sama juga akan dialami oleh pembaca buku ini, sebuah pengalaman yang dialami oleh penulis dan penerjemahnya.

Ucapan terima kasih juga saya haturkan pada ayahanda H. Abdur Rahman dan ibunda Zakiya karena berkat dorongan dan doanya penerjemahan buku ini bisa selesai. Ucapan terima kasih juga saya ucapkan pada isteri saya, Ita Maulidha, karena berkat bantuannya penerjemahan buku ini bisa rampung. Terjemahan buku ini saya hadiahkan untuk adik saya, Farah Maisarah, dan anak saya, Fursan Ruhbani serta Fathiril Haq.

Ucapan terima kasih yang sedalam-dalamnya saya ucapkan pada saudara Rusdi Mahdami, direktur Qisthi Press, yang telah memberi kepercayaan kepada saya untuk menerjemahkan buku yang sangat berharga ini.

Saya berharap buku ini akan menjadi panduan singkat dan tepat dalam menyikapi hidup ini, dan demi meniti kesuksesan di akhirat nanti.

Rangkasbitung, Juli 2003

Samson Rahman

Pengantar Penulis

Segala puji bagi Allah, Tuhan semesta alam. Shalawat dan salam semoga tercurah ke haribaan Rasulullah s.a.w., keluarganya serta para sahabatnya. *Wa Ba'du*.

Berikut ini buku *Lâ Tahzan*. Semoga Anda senang membacanya dan dapat mengambil manfaat darinya. Namun sebelum membaca, telitilah dahulu buku ini dengan nalar yang sehat, logika yang jernih dan, di atas itu semua, dengan ayat-ayat Allah yang senantiasa terjaga dari kekeliruan.

Tentu saja tak bijak menilai sesuatu secara terburu-buru sebelum pernah membayangkan, merasakan dan menciumnya sendiri. Dan adalah sebuah kejahatan terhadap ilmu; memfatwakan sesuatu secara terburu-buru sebelum terlebih dahulu mengkaji akar permasalahannya, mendengar pernyataan-pernyataan tentangnya, mencari argumen-argumen yang mendasarinya, dan membaca dalil-dalil yang berkaitan dengannya.

Saya menulis buku ini untuk siapa saja yang senantiasa merasa hidup dalam bayang-bayang kegelisahan, kesedihan dan kecemasan, atau orang yang selalu sulit tidur dikarenakan beban duka dan kegundahan yang semakin berat menerpa. Dan tentu saja, siapa di antara kita yang tidak pernah mengalami semua itu?

Dalam buku ini saya sengaja menukil ayat-ayat Allah, bait-bait syair, pengalaman dan *'ibrah*, catatan peristiwa dan hikmah, serta pelbagai perumpamaan dan kisah-kisah. Dari semua itu, saya sengaja mengambil kesimpulan dari orang-orang shaleh sebagai penawar hati yang lara, penghibur jiwa tercabik, dan pelipur diri yang sedang dirundung duka cita.

Buku ini akan mengatakan kepada Anda, "Bergembiralah dan berbahagialah!" atau "Optimislah dan tenanglah!" Bahkan, mungkin pula ia akan berkata, "Jalani hidup ini apa adanya dengan penuh ketulusan dan keriangan!"

Buku ini berusaha meluruskan berbagai kesalahan yang terjadi akibat penyimpangan terhadap fitrah saat berinteraksi dengan sunnah-sunnah Allah, sesama manusia, benda, waktu dan tempat.

Buku ini mencegah Anda agar tidak terus-menerus melawan arus kehidupan, menentang takdir, mendebat *manhaj* yang telah digariskan dan mengingkari bukti-bukti. Lebih dari itu, buku ini mengajak Anda untuk mengenal lebih dekat jiwa dan ruh Anda agar senantiasa tenang menatap perjalanan masa depan. Buku ini mengajak Anda agar merasa yakin dengan semua potensi dalam diri Anda dan menyimpan semua energi positif yang ada. Buku ini menggiring Anda untuk melupakan tekanan hidup, sesaknya perjalanan usia dan beban perjalanan hidup.

Ada beberapa hal penting dari buku ini yang perlu saya ingatkan sebelum kita melangkah lebih jauh. Diantaranya adalah:

Pertama, buku ini ditulis untuk mendatangkan kebahagiaan, ketenangan, kedamaian, kelapangan hati, membuka pintu optimisme dan menyingkirkan segala kesulitan demi meraih masa depan yang lebih indah.

Buku ini merupakan pengetuk hati agar selalu ingat akan rahmat dan ampunan Allah, bertawakal dan berbaik sangka kepada-Nya, mengimani qadha` dan qadar-Nya, menjalani hidup sesuai apa adanya, melepaskan kegundahan tentang masa depan, dan mengingat nikmat Allah.

Kedua, buku ini mencoba memberikan resep-resep bagaimana mengusir rasa duka, cemas, sedih, tertekan, dan putus asa.

Ketiga, saya berusaha menyertakan dalil-dalil dari al-Qur`an dan hadits yang sesuai dengan tema setiap bahasan. Selain itu, tak jarang saya nukilkan pula pelbagai permisalan yang bagus, kisah yang penuh *'ibrah* dan mengandung pelajaran berharga, serta bait-bait syair yang memiliki kekuatan. Dalam banyak tempat, para pembaca juga akan menjumpai kutipan-kutipan dari perkataan para bijak bestari, dokter dan sastrawan. Demikianlah, semua hal yang ada dalam buku ini hanya ingin mengajak Anda untuk senantiasa berbahagia.

Keempat, buku ini bersifat umum, alias untuk siapa saja. Singkatnya, untuk kaum muslim maupun non-muslim. Pasalnya, pembicaraan dalam buku ini secara umum adalah berkaitan watak dan sifat naluriah dan persoalan-persoalan umum kejiwaan manusia. Namun begitu, buku ini tetap menempatkan *Manhaj Rabbani* sebagai penyuluh. Karena memang *manhaj* itulah yang menjadi agama fitrah kita.

Kelima, dalam buku ini pembaca tidak akan hanya menjumpai kutipan-kutipan pernyataan dari orang-orang Timur, tetapi juga dari orang Barat. Namun demikian, saya berharap tidak ada tudingan negatif terhadap diri saya berkaitan dengan hal ini. Karena, bagaimanapun saya yakin bahwa

hikmah itu adalah laksana barang yang hilang dari kaum muslim. Artinya, maka di mana pun barang itu ada masih berhak kita ambil kembali.

Keenam, saya sengaja tidak menggunakan catatan kaki dalam buku ini. Ini tak lebih hanya untuk meringankan dan memudahkan pembaca. Karena, dengan begitu paling tidak buku ini akan menjadi bacaan yang berkesinambungan dan memberikan pemahaman yang tidak terpotong-potong. Dan untuk itu, setiap referensi dari masing-masing kutipan selalu saya sebut langsung dalam setiap paragraph yang menyebutnya.

Ketujuh, dalam mengutip, saya tidak mencatat nomor halaman dan volume sumbernya. Mengapa? Karena hal seperti itu sudah lazim dilakukan oleh orang-orang sebelum saya, dan saya mengikuti mereka. Saya kira ini lebih bermanfaat dan lebih memudahkan. Kadang kala saya menuliskannya sesuai dengan teks yang ada di dalam buku sumbernya, dan kadang kala ada sedikit penyuntingan atau penyesuaian dengan pemahaman saya terhadap buku ataupun artikel yang pernah saya baca.

Kedelapan, saya tidak menyusun buku dalam sistematika bab-bab dan pasal-pasal yang banyak. Yang saya lakukan adalah menulis dengan gaya yang sangat variatif. Adakalanya saya membeberkan beberapa permasalahan dalam beberapa paragraf, kemudian saya berpindah dari satu permasalahan ke permasalahan lain, dan kembali lagi pada bahasan yang sama setelah beberapa halaman pembahasan yang berbeda. Ini saya tujukan agar lebih sedap dibaca, lebih enak dan tidak membosankan.

Kesembilan, saya tidak memberi nomor surat dan ayat serta tidak pernah menyebutkan perawi hadits. Meski demikian, bila hadits yang sebutkan itu lemah, maka saya selalu mengingatkannya. Adapun bila hadits itu shahih, maka saya hanya akan menyebutnya hadits shahih dan kadangkala tak memberi catatan apapun.. Semua ini saya lakukan agar tulisan ini ringkas, terhindar dari banyaknya pengulangan, penjelasan yang bertele-tele, dan tidak menjemukan. *"Orang yang berpura-pura puas dengan sesuatu yang tidak diberikan kepadanya seperti orang yang memakai dua pakaian palsu."*

Kesepuluh, mungkin pembaca melihat ada beberapa pengulangan pada sejumlah materi. Meski demikian, saya selalu berusaha mengemasnya dalam metode dan struktur pembahasan yang berbeda. Ini memang sengaja saya lakukan untuk semakin menguatkan pemahaman kita dengan cara menyajikannya lebih sering.

Inilah sepuluh hal yang perlu saya sampaikan kepada pembaca terlebih dahulu. Saya berharap buku ini akan membawa kabar yang benar dan jujur, adil dalam memberi penilaian, obyektif dalam ungkapan, meyakinkan dalam materi-materi pengetahuan, lurus dalam sudut pandangan dan argumentasi, dan menjadi cahaya dalam hati.

Buku, *Lâ Tahzan*, ini, setidaknya, saya tulis untuk konsumsi pribadi saya sendiri dan mereka yang bernasib sama dengan saya. Sayalah orang yang pertama kali mengambil manfaat dari buku ini. Setiap kali membaca ulang buku ini, selalu terasa seakan baru membacanya.

Tidakkah kau tahu setiap kali kutemui Zainab

Selalu kucium semerbak wanginya

Setiap kali merasa tertekan, marah atau sedih, selalu saya katakan pada diri ini, "Bukankah Anda penulis buku *Lâ Tahzan?*" Dan, sesaat setelah itu, api kemarahan pun meredup, dan hati saya kembali menjadi tenang.

Demikianlah; dalam buku ini saya mencoba berbicara kepada dan untuk semua orang; bukan untuk segolongan orang, generasi, dan penduduk negeri tertentu. Buku ini adalah untuk semua orang, yakni siapa saja yang ingin hidup bahagia!

Kutanamkan di dalamnya mutiara,

hingga tiba saatnya ia dapat menyinari tanpa mentari

dan berjalan di malam hari tanpa rembulan

Karena kedua matanya ibarat sihir

dan keningnya laksana pedang buatan India

Milik Allah-lah setiap bulu mata, leher dan kulit yang indah mempesona

'Aidh al-Qarni

Daftar Isi

Ya Allah!

Semua yang ada di langit dan di bumi selalu meminta pada-Nya. Setiap waktu Dia dalam kesibukan. **(QS. Ar-Rahmân: 29)**

Ketika laut bergemuruh, ombak menggunung, dan angin bertiup kencang menerjang, semua penumpang kapal akan panik dan menyeru: "*Ya Allah*!"

Ketika seseorang tersesat di tengah gurun pasir, kendaraan menyimpang jauh dari jalurnya, dan para kafilah bingung menentukan arah perjalanannya, mereka akan menyeru: "*Ya Allah*!"

Ketika musibah menimpa, bencana melanda, dan tragedi terjadi, mereka yang tertimpa akan selalu berseru: "*Ya Allah*!"

Ketika pintu-pintu permintaan telah tertutup, dan tabir-tabir permohonan digeraikan, orang-orang mendesah: "*Ya Allah*!"

Ketika semua cara tak mampu menyelesaikan, setiap jalan terasa menyempit, harapan terputus, dan semua jalan pintas membuntu, mereka pun menyeru: "*Ya Allah*!"

Ketika bumi terasa menyempit dikarenakan himpitan persoalan hidup, dan jiwa serasa tertekan oleh beban berat kehidupan yang harus Anda pikul, menyerulah: "*Ya Allah*!"

Kuingat Engkau saat alam begitu gelap

gulita, dan wajah zaman berlumuran debu hitam

Kusebut nama-Mu dengan lantang di saat fajar menjelang,

dan fajar pun merekah seraya menebar senyuman indah

Setiap ucapan baik, doa yang tulus, rintihan yang jujur, air mata yang menetes penuh keikhlasan, dan semua keluhan yang menggundahgulanakan hati adalah hanya pantas ditujukan ke hadirat-Nya.

Setiap dini hari menjelang, tengadahkan kedua telapak tangan, julurkan lengan penuh harap, dan arahkan terus tatapan matamu ke arah-Nya untuk memohon pertolongan! Ketika lidah bergerak, tak lain hanya untuk menyebut, mengingat dan berdzikir dengan nama-Nya. Dengan begitu, hati akan tenang, jiwa akan damai, syaraf tak lagi menegang, dan iman kembali berkobar-kobar. Demikianlah, dengan selalu menyebut nama-Nya, keyakinan akan semakin kokoh. Karena,

Allah Maha Lembut terhadap hamba-hamba-Nya. **(QS. Asy-Syûrâ: 19)**

Allah: nama yang paling bagus, susunan huruf yang paling indah, ungkapan yang paling tulus, dan kata yang sangat berharga.

Apakah kamu tahu ada seseorang yang sama dengan Dia (yang patut disembah)? **(QS. Maryam: 65)**

Allah: milik-Nya semua kekayaan, keabadian, kekuatan, pertolongan, kemuliaan, kemampuan, dan hikmah.

Milik siapakah kerajaan pada hari ini? Milik Allah Yang Maha Esa lagi Maha Mengalahkan. **(QS. Ghâfir: 16)**

Allah: dari-Nya semua kasih sayang, perhatian, pertolongan, bantuan, cinta dan kebaikan.

Dan, apa saja nikmat yang ada pada kamu, maka dari Allah-lah (datangnya). **(QS. An-Nahl: 53)**

Allah: pemilik segala keagungan, kemuliaan, kekuatan dan keperkasaan.

Betapapun kulukiskan keagungan-Mu dengan deretan huruf,

Kekudusan-Mu tetap meliputi semua arwah

Engkau tetap Yang Maha Agung, sedang semua makna,

akan lebur, mencair, di tengah keagungan-Mu, wahai Rabb-ku

Ya Allah, gantikanlah kepedihan ini dengan kesenangan, jadikan kesedihan itu awal kebahagiaan, dan sirnakan rasa takut ini menjadi rasa tentram. Ya Allah, dinginkan panasnya kalbu dengan salju keyakinan, dan padamkan bara jiwa dengan air keimanan.

Wahai *Rabb*, anugerahkan pada mata yang tak dapat terpejam ini rasa kantuk dari-Mu yang menentramkan. Tuangkan dalam jiwa yang bergolak ini kedamaian. Dan, ganjarlah dengan kemenangan yang nyata. Wahai *Rabb*, tunjukkanlah pandangan yang kebingungan ini kepada cahaya-Mu. Bimbinglah sesatnya perjalanan ini ke arah jalan-Mu yang lurus. Dan tuntunlah orang-orang yang menyimpang dari jalan-Mu merapat ke hidayah-Mu.

Ya Allah, sirnakan keraguan terhadap fajar yang pasti datang dan memancar terang, dan hancurkan perasaan yang jahat dengan secercah sinar kebenaran. Hempaskan semua tipu daya setan dengan bantuan bala tentara-Mu.

Ya Allah, sirnakan dari kami rasa sedih dan duka, dan usirlah kegundahan dari jiwa kami semua.

Kami berlindung kepada-Mu dari setiap rasa takut yang mendera. Hanya kepada-Mu kami bersandar dan bertawakal. Hanya kepada-Mu kami memohon, dan hanya dari-Mu lah semua pertolongan. Cukuplah Engkau sebagai Pelindung kami, karena Engkaulah sebaik-baik Pelindung dan Penolong.

Pikirkan dan Syukurilah!

Artinya, ingatlah setiap nikmat yang Allah anugerahkan kepada Anda. Karena Dia telah melipatkan nikmat-Nya dari ujung rambut hingga ke bawah kedua telapak kaki.

Jika kamu menghitung nikmat Allah, niscaya kamu tidak akan sanggup menghitungnya. **(QS. Ibrahîm: 34)**

Kesehatan badan, keamanan negara, sandang pangan, udara dan air, semuanya tersedia dalam hidup kita. Namun begitulah, Anda memiliki dunia, tetapi tidak pernah menyadarinya. Anda menguasai kehidupan, tetapi tak pernah mengetahuinya.

Dan, Dia menyempurnakan nikmat-Nya kepadamu lahir dan batin. **(QS. Luqmân: 20)**

Anda memiliki dua mata, satu lidah, dua bibir, dua tangan dan dua kaki.

Maka nikmat Rabb kamu yang manakah yang kamu dustakan? **(QS. Ar-Rahmân: 13)**

Apakah Anda mengira bahwa, berjalan dengan kedua kaki itu sesuatu yang sepele, sedang kaki acapkali menjadi bengkak bila digunakan jalan terus-menerus tiada henti? Apakah Anda mengira bahwa berdiri tegak di atas kedua betis itu sesuatu yang mudah, sedang keduanya bisa saja tidak kuat dan suatu ketika patah?

Maka sadarilah, betapa hinanya diri kita manakala tertidur lelap, ketika sanak saudara di sekitar Anda masih banyak yang tidak bisa tidur karena sakit yang mengganggunya? Pernahkah Anda merasa nista manakala dapat menyantap makanan lezat dan minuman dingin saat masih banyak orang di sekitar Anda yang tidak bisa makan dan minum karena sakit?

Coba pikirkan, betapa besarnya fungsi pendengaran, yang dengannya Allah menjauhkan Anda dari ketulian. Coba renungkan dan raba kembali mata Anda yang tidak buta. Ingatlah dengan kulit Anda yang terbebas dari penyakit lepra dan supak. Dan renungkan betapa dahsyatnya fungsi otak Anda yang selalu sehat dan terhindar dari kegilaan yang menghinakan.

Adakah Anda ingin menukar mata Anda dengan emas sebesar gunung Uhud, atau menjual pendengaran Anda seharga perak satu bukit? Apakah Anda mau membeli istana-istana yang menjulang tinggi dengan lidah Anda, hingga Anda bisu? Maukah Anda menukar kedua tangan Anda dengan untaian mutiara, sementara tangan Anda buntung?

Begitulah, sebenarnya Anda berada dalam kenikmatan tiada tara dan kesempurnaan tubuh, tetapi Anda tidak menyadarinya. Anda tetap merasa resah, suntuk, sedih, dan gelisah, meskipun Anda masih mempunyai nasi hangat untuk disantap, air segar untuk diteguk, waktu yang tenang untuk tidur pulas, dan kesehatan untuk terus berbuat.

Anda acapkali memikirkan sesuatu yang tidak ada, sehingga Anda pun lupa mensyukuri yang sudah ada. Jiwa Anda mudah terguncang hanya karena kerugian materi yang mendera. Padahal, sesungguhnya Anda masih memegang kunci kebahagiaan, memiliki jembatan pengantar kebahagian, karunia, kenikmatan, dan lain sebagainya. Maka pikirkan semua itu, dan kemudian syukurilah!

Dan, pada dirimu sendiri. Maka, apakah kamu tidak memperhatikan.

(QS. Adz-Dzâriyât: 21)

Pikirkan dan renungkan apa yang ada pada diri, keluarga, rumah, pekerjaan, kesehatan, dan apa saja yang tersedia di sekeliling Anda. Dan janganlah termasuk golongan

Mereka mengetahui nikmat Allah, kemudian mereka mengingkarinya.

(QS. An-Nahl: 83)

Yang Lalu Biar Berlalu

Mengingat dan mengenang masa lalu, kemudian bersedih atas nestapa dan kegagalan di dalamnya merupakan tindakan bodoh dan gila. Itu, sama artinya dengan membunuh semangat, memupuskan tekad dan mengubur masa depan yang belum terjadi.

Bagi orang yang berpikir, berkas-berkas masa lalu akan dilipat dan tak pernah dilihat kembali. Cukup ditutup rapat-rapat, lalu disimpan dalam 'ruang' penglupaan, diikat dengan tali yang kuat dalam 'penjara' pengacuhan selamanya. Atau, diletakkan di dalam ruang gelap yang tak tertembus cahaya. Yang demikian, karena masa lalu telah berlalu dan habis. Kesedihan tak akan mampu mengembalikannya lagi, keresahan tak akan sanggup memperbaikinya kembali, kegundahan tidak akan mampu merubahnya menjadi terang, dan kegalauan tidak akan dapat menghidupkannya kembali, karena ia memang sudah tidak ada.

Jangan pernah hidup dalam mimpi buruk masa lalu, atau di bawah payung gelap masa silam. Selamatkan diri Anda dari bayangan masa lalu! Apakah Anda ingin mengembalikan air sungai ke hulu, matahari ke tempatnya terbit, seorok bayi ke perut ibunya, air susu ke payudara sang ibu, dan air mata ke dalam kelopak mata? Ingatlah, keterikatan Anda dengan masa lalu, keresahan Anda atas apa yang telah terjadi padanya, keterbakaran emosi jiwa Anda oleh api panasnya, dan kedekatan jiwa Anda pada pintunya, adalah kondisi yang sangat naif, ironis, memprihatinkan, dan sekaligus menakutkan.

Membaca kembali lembaran masa lalu hanya akan memupuskan masa depan, mengendurkan semangat, dan menyia-nyiakan waktu yang sangat berharga. Dalam al-Qur'an, setiap kali usai menerangkan kondisi suatu kaum dan apa saja yang telah mereka lakukan, Allah selalu mengatakan, "*Itu adalah umat yang lalu.*" Begitulah, ketika suatu perkara habis, maka selesai pula urusannya. Dan tak ada gunanya mengurai kembali bangkai zaman dan memutar kembali roda sejarah.

Orang yang berusaha kembali ke masa lalu, adalah tak ubahnya orang yang menumbuk tepung, atau orang yang menggergaji serbuk kayu.

Syahdan, nenek moyang kita dahulu selalu mengingatkan orang yang meratapi masa lalunya demikian: "*Janganlah engkau mengeluarkan mayat-mayat itu dari kuburnya.*" Dan konon, kata orang yang mengerti bahasa binatang, sekawanan binatang sering bertanya kepada seekor keledai begini, "Mengapa engkau tidak menarik gerobak?"

"Aku benci khayalan," jawab keledai.

Adalah bencana besar, manakala kita rela mengabaikan masa depan dan justru hanya disibukkan oleh masa lalu. Itu, sama halnya dengan kita mengabaikan istana-istana yang indah dengan sibuk meratapi puing-puing yang telah lapuk. Padahal, betapapun seluruh manusia dan jin bersatu untuk

mengembalikan semua hal yang telah berlalu, niscaya mereka tidak akan pernah mampu. Sebab, yang demikian itu sudah mustahil pada asalnya.

Orang yang berpikiran jernih tidak akan pernah melihat dan sedikitpun menoleh ke belakang. Pasalnya, angin akan selalu berhembus ke depan, air akan mengalir ke depan, setiap kafilah akan berjalan ke depan, dan segala sesuatu bergerak maju ke depan. Maka itu, janganlah pernah melawan sunah kehidupan!

Hari Ini Milik Anda

Jika kamu berada di pagi hari, janganlah menunggu sore tiba. Hari inilah yang akan Anda jalani, bukan hari kemarin yang telah berlalu dengan segala kebaikan dan keburukannya, dan juga bukan esok hari yang belum tentu datang. Hari yang saat ini mataharinya menyinari Anda, dan siangnya menyapa Anda inilah hari Anda.

Umur Anda, mungkin tinggal hari ini. Maka, anggaplah masa hidup Anda hanya hari ini, atau seakan-akan Anda dilahirkan hari ini dan akan mati hari ini juga. Dengan begitu, hidup Anda tak akan tercabik-cabik di antara gumpalan keresahan, kesedihan dan duka masa lalu dengan bayangan masa depan yang penuh ketidakpastian dan acapkali menakutkan.

Pada hari ini pula, sebaiknya Anda mencurahkan seluruh perhatian, kepedulian dan kerja keras. Dan pada hari inilah, Anda harus bertekad mempersembahkan kualitas shalat yang paling khusyu', bacaan al-Qur'an yang sarat *tadabbur*, dzikir dengan sepenuh hati, keseimbangan dalam segala hal, keindahan dalam akhlak, kerelaan dengan semua yang Allah berikan, perhatian terhadap keadaan sekitar, perhatian terhadap kesehatan jiwa dan raga, serta perbuatan baik terhadap sesama.

Pada hari dimana Anda hidup saat inilah sebaiknya Anda membagi waktu dengan bijak. Jadikanlah setiap menitnya laksana ribuan tahun dan setiap detiknya laksana ratusan bulan. Tanamlah kebaikan sebanyak-banyaknya pada hari itu. Dan, persembahkanlah sesuatu yang paling indah untuk hari itu. Ber-*istigfar*-lah atas semua dosa, ingatlah selalu kepada-Nya, bersiap-siaplah untuk sebuah perjalanan menuju alam keabadian, dan nikmatilah hari ini dengan segala kesenangan dan kebahagiaan! Terimalah rezeki, istri, suami, anak-anak, tugas-tugas, rumah, ilmu, dan jabatan Anda setiap hari dengan penuh keridhaan.

Maka berpegangteguhlah dengan apa yang Aku berikan kepadamu dan hendaklah kamu termasuk orang yang bersyukur. **(QS. Al-A'râf: 144)**

Hiduplah hari ini tanpa kesedihan, kegalauan, kemarahan, kedengkian dan kebencian.

Jangan lupa, hendaklah Anda goreskan pada dinding hati Anda satu kalimat (bila perlu Anda tulis pula di atas meja kerja Anda): *Harimu adalah hari ini.* Yakni, bila hari ini Anda dapat memakan nasi hangat yang harum baunya, maka apakah nasi basi yang telah Anda makan kemarin atau nasi hangat esok hari (yang belum tentu ada) itu akan merugikan Anda?

Jika Anda dapat minum air jernih dan segar hari ini, maka mengapa Anda harus bersedih atas air asin yang Anda minum kemarin, atau mengkhawatirkan air hambar dan panas esok hari yang belum tentu terjadi?

Jika Anda percaya pada diri sendiri, serta memiliki semangat dan tekad yang kuat, Anda akan dapat menundukkan diri untuk berpegang pada prinsip: aku hanya akan hidup hari ini. Prinsip inilah yang akan menyibukkan diri Anda setiap detik untuk selalu memperbaiki keadaan, mengembangkan semua potensi, dan mensucikan setiap amalan.

Dan itu, akan membuat Anda berkata dalam hati, "Hanya hari ini aku berkesempatan untuk mengatakan yang baik-baik saja. Tak berucap kotor dan jorok yang menjijikkan, tidak akan pernah mencela, menghardik dan juga membicarakan kejelekan orang lain. Hanya hari ini aku berkesempatan menertibkan rumah dan kantor agar tidak semrawut dan berantakan. Dan karena hanya ini saja aku akan hidup, maka aku akan memperhatikan kebersihan tubuhku, kerapian penampilanku, kebaikan tutur kata dan tindak tandukku."

Karena hanya akan hidup hari ini, maka aku akan berusaha sekuat tenaga untuk taat kepada *Rabb*, mengerjakan shalat sesempurna mungkin, membekali diri dengan shalat-shalat sunah *nafilah*, berpegang teguh pada al-Qur'an, mengkaji dan mencatat segala yang bermanfaat.

Aku hanya akan hidup hari ini, karenanya aku akan menanam dalam hatiku semua nilai keutamaan dan mencabut darinya pohon-pohon kejahatan berikut ranting-rantingnya yang berduri, baik sifat takabur, *ujub*, riya', dan buruk sangka.

Hanya hari ini aku akan dapat menghirup udara kehidupan, maka aku akan berbuat baik kepada orang lain dan mengulurkan tangan kepada siapapun. Aku akan menjenguk mereka yang sakit, mengantarkan jenazah,

menunjukkan jalan yang benar bagi yang tersesat, memberi makan orang kelaparan, menolong orang yang sedang kesulitan, membantu orang yang dizalimi, meringankan penderitaan orang yang lemah, mengasihi mereka yang menderita, menghormati orang-orang alim, menyayangi anak kecil, dan berbakti kepada orang tua.

Aku hanya akan hidup hari ini, maka aku akan mengucapkan, "Wahai masa lalu yang telah berlalu dan selesai, tenggelamlah seperti mataharimu. Aku tak akan pernah menangisi kepergianmu, dan kamu tidak akan pernah melihatku termenung sedetik pun untuk mengingatmu. Kamu telah meninggalkan kami semua, pergi dan tak pernah kembali lagi."

"Wahai masa depan, engkau masih dalam kegaiban. Maka, aku tidak akan pernah bermain dengan khayalan dan menjual diri hanya untuk sebuah dugaan. Aku pun tak bakal memburu sesuatu yang belum tentu ada, karena esok hari mungkin tak ada sesuatu. Esok hari adalah sesuatu yang belum diciptakan dan tidak ada satu pun darinya yang dapat disebutkan."

"Hari ini milik Anda", adalah ungkapan yang paling indah dalam "kamus kebahagiaan". Kamus bagi mereka yang menginginkan kehidupan yang paling indah dan menyenangkan.

Biarkan Masa Depan Datang Sendiri

Telah pasti datangnya ketetapan Allah, maka janganlah kamu meminta agar disegerakan (datang)nya. **(QS. An-Nahl: 1)**

Jangan pernah mendahului sesuatu yang belum terjadi! Apakah Anda mau mengeluarkan kandungan sebelum waktunya dilahirkan, atau memetik buah-buahan sebelum masak? Hari esok adalah sesuatu yang belum nyata dan dapat diraba, belum berwujud, dan tidak memiliki rasa dan warna. Jika demikian, mengapa kita harus menyibukkan diri dengan hari esok, mencemaskan kesialan-kesialan yang mungkin akan terjadi padanya, memikirkan kejadian-kejadian yang akan menimpanya, dan meramalkan bencana-bencana yang bakal ada di dalamnya? Bukankah kita juga tidak tahu apakah kita akan bertemu dengannya atau tidak, dan apakah hari esok kita itu akan berwujud kesenangan atau kesedihan?

Yang jelas, hari esok masih ada dalam alam gaib dan belum turun ke bumi. Maka, tidak sepantasnya kita menyeberangi sebuah jembatan se-

belum sampai di atasnya. Sebab, siapa yang tahu bahwa kita akan sampai atau tidak pada jembatan itu. Bisa jadi kita akan terhenti jalan kita sebelum sampai ke jembatan itu, atau mungkin pula jembatan itu hanyut terbawa arus terlebih dahulu sebelum kita sampai di atasnya. Dan bisa jadi pula, kita akan sampai pada jembatan itu dan kemudian menyeberanginya.

Dalam syariat, memberi kesempatan kepada pikiran untuk memikirkan masa depan dan membuka-buka alam gaib, dan kemudian terhanyut dalam kecemasan-kecemasan yang baru di duga darinya, adalah sesuatu yang tidak dibenarkan. Pasalnya, hal itu termasuk *thûlul amal* (angan-angan yang terlalu jauh). Secara nalar, tindakan itu pun tak masuk akal, karena sama halnya dengan berusaha perang melawan bayang-bayang. Namun ironis, kebanyakan manusia di dunia ini justru banyak yang termakan oleh ramalan-ramalan tentang kelaparan, kemiskinan, wabah penyakit dan krisi ekonomi yang kabarnya akan menimpa mereka. Padahal, semua itu hanyalah bagian dari kurikulum yang diajarkan di "sekolah-sekolah setan".

> *Setan menjanjikan (menakut-nakuti) kamu dengan kemiskinan dan menyuruh kamu berbuat kejahatan (kikir), sedang Allah menjanjikan untukmu ampunan daripada-Nya dan karunia.* **(QS. Al-Baqarah: 268)**

Mereka yang menangis sedih menatap masa depan adalah yang menyangka diri mereka akan hidup kelaparan, menderita sakit selama setahun, dan memperkirakan umur dunia ini tinggal seratus tahun lagi. Padahal, orang yang sadar bahwa usia hidupnya berada di 'genggaman yang lain' tentu tidak akan menggadaikannya untuk sesuatu yang tidak ada. Dan orang yang tidak tahu kapan akan mati, tentu salah besar bila justru menyibukkan diri dengan sesuatu yang belum ada dan tak berwujud.

Biarkan hari esok itu datang dengan sendirinya. Jangan pernah menanyakan kabar beritanya, dan jangan pula pernah menanti serangan petakanya. Sebab, hari ini Anda sudah sangat sibuk.

Jika Anda heran, maka lebih mengherankan lagi orang-orang yang berani menebus kesedihan suatu masa yang belum tentu matahari terbit di dalamnya dengan bersedih pada hari ini. Oleh karena itu, hindarilah angan-angan yang berlebihan.

Cara Mudah Menghadapi Kritikan Pedas

Sang Pencipta dan Pemberi rezeki Yang Maha Mulia, acapkali mendapat cacian dan cercaan dari orang-orang pandir yang tak berakal. Maka, apalagi saya, Anda dan kita sebagai manusia yang selalu terpeleset dan salah. Dalam hidup ini, terutama jika Anda seseorang yang selalu memberi, memperbaiki, mempengaruhi dan berusaha membangun, maka Anda akan selalu menjumpai kritikan-kritikan yang pedas dan pahit. Mungkin pula, sesekali Anda akan mendapat cemoohan dan hinaan dari orang lain.

Dan mereka, tak tidak akan pernah diam mengkritik Anda sebelum Anda masuk ke dalam liang bumi, menaiki tangga ke langit, dan berpisah dengan mereka. Adapun bila Anda masih berada di tengah-tengah mereka, maka akan selalu ada perbuatan mereka yang membuat Anda bersedih dan meneteskan air mata, atau membuat tempat tidur Anda selalu terasa gerah.

Perlu diingat, orang yang duduk di atas tanah tak akan pernah jatuh, dan manusia tidak akan pernah menendang anjing yang sudah mati. Adapun mereka, marah dan kesal kepada Anda adalah karena mungkin Anda mengungguli mereka dalam hal kebaikan, keilmuan, tindak tanduk, atau harta. Jelasnya, Anda di mata mereka adalah orang berdosa yang tak terampuni sampai Anda melepaskan semua karunia dan nikmat Allah yang ada pada diri Anda, atau sampai Anda meninggalkan semua sifat terpuji dan nilai-nilai luhur yang selama ini Anda pegang teguh. Dan menjadi orang yang bodoh, pandir dan tolol adalah yang mereka inginkan dari diri Anda.

Oleh sebab itu, waspadalah terhadap apa yang mereka katakan. Kuatkan jiwa untuk mendengar kritikan, cemoohan dan hinaan mereka. Bersikaplah laksana batu cadas; tetap kokoh berdiri meski diterpa butiran-butiran salju yang menderanya setiap saat, dan ia justru semakin kokoh karenanya. Artinya, jika Anda merasa terusik dan terpengaruh oleh kritikan atau cemoohan mereka, berarti Anda telah meluluskan keinginan mereka untuk mengotori dan mencemarkan kehidupan Anda. Padahal, yang terbaik adalah menjawab atau merespon kritikan mereka dengan menunjukkan akhlak yang baik. Acuhkan saja mereka, dan jangan pernah merasa tertekan oleh setiap upadaya mereka untuk menjatuhkan Anda. Sebab, kritikan mereka yang menyakitkan itu pada hakekatnya merupakan ungkapan penghormatan untuk Anda. Yakni, semakin tinggi derajat dan posisi yang Anda duduki, maka akan semakin pedas pula kritikan itu.

Betapapun, Anda akan kesulitan membungkam mulut mereka dan menahan gerakan lidah mereka. Yang Anda mampu adalah hanya mengubur dalam-dalam setiap kritikan mereka, mengabaikan solah polah mereka pada Anda, dan cukup mengomentari setiap perkataan mereka sebagaimana yang diperintahkan Allah,

Katakanlah (kepada mereka): "Matilah kamu karena kemarahanmu itu."

(QS. Ali 'Imrân: 119)

Bahkan, Anda juga dapat 'menyumpal' mulut mereka dengan 'potongan-potongan daging' agar diam seribu bahasa dengan cara memperbanyak keutamaan, memperbaiki akhlak, dan meluruskan setiap kesalahan Anda. Dan bila Anda ingin diterima oleh semua pihak, dicintai semua orang, dan terhindar dari cela, berarti Anda telah menginginkan sesuatu yang mustahil terjadi dan mengangankan sesuatu yang terlalu jauh untuk diwujudkan.

Jangan Mengharap "Terima Kasih" dari Seseorang

Allah menciptakan para setiap hamba agar selalu mengingat-Nya, dan Dia menganugerahkan rezeki kepada setiap makhluk ciptaan-Nya agar mereka bersyukur kepada-Nya. Namun, mereka justru banyak yang menyembah dan bersyukur kepada selain Dia.

Tabiat untuk mengingkari, membangkang, dan meremehkan suatu kenikmatan adalah penyakit yang umum menimpa jiwa manusia. Karena itu, Anda tak perlu heran dan resah bila mendapatkan mereka mengingkari kebaikan yang pernah Anda berikan, mencampakkan budi baik yang telah Anda tunjukkan. Lupakan saja bakti yang telah Anda persembahkan. Bahkan, tak usah resah bila mereka sampai memusuhi Anda dengan sangat keji dan membenci Anda sampai mendarah daging, sebab semua itu mereka lakukan adalah justru karena Anda telah berbuat baik kepada mereka.

Dan, mereka tidak mencela (Allah dan Rasul-Nya) kecuali karena Allah dan Rasul-Nya telah melimpahkan karunia-Nya kepada mereka.

(QS. At-Taubah: 74)

Coba Anda buka kembali catatan dunia tentang perjalanan hidup ini! Dalam salah satu babnya diceritakan: syahdan, seorang ayah telah memelihara anaknya dengan baik. Ia memberinya makan, pakaian dan

minum, mendidikanya hingga menjadi orang pandai, rela tidak tidur demi anaknya, rela untuk tidak makan asal anaknya kenyang, dan bahkan, mau bersusah payah agar anaknya bahagia. Namun apa lacur, ketika sudah berkumis lebat dan kuat tulang-tulangnya, anak itu bagaikan anjing galak yang selalu menggonggong kepada orang tuanya. Ia tak hanya berani menghina, tetapi juga melecehkan, acuh tak acuh, congkak, dan durhaka terhadap orang tuanya. Dan semua itu, ia tunjukkan dengan perkataan dan juga tindakan.

Karena itu, siapa saja yang kebaikannya diabaikan dan dilecehkan oleh orang-orang yang menyalahi fitrahnya, sudah seyogyanya menghadapi semua itu dengan kepala dingin. Dan, ketenangan seperti itu akan mendatangkan balasan pahala dari Dzat Yang perbendaharaan-Nya tidak pernah habis dan sirna.

Ajakan ini bukan untuk menyuruh Anda meninggalkan kebaikan yang telah Anda lakukan selama ini, atau agar Anda sama sekali tidak berbuat baik kepada orang lain. Ajakan ini hanya ingin agar Anda tak goyah dan terpengaruh sedikitpun oleh kekejian dan pengingkaran mereka atas semua kebaikan yang telah Anda perbuat. Dan janganlah Anda pernah bersedih dengan apa saja yang mereka perbuat.

Berbuatlah kebaikan hanya demi Allah semata, maka Anda akan menguasai keadaan, tak akan pernah terusik oleh kebencian mereka, dan tidak pernah merasa terancam oleh perlakuan keji mereka. Anda harus bersyukur kepada Allah karena dapat berbuat baik ketika orang-orang di sekitar Anda berbuat jahat. Dan, ketahuilah bahwa tangan di atas itu lebih baik dari tangan yang di bawah.

> *Sesungguhnya kami memberi makanan kepadamu hanyalah untuk mengharapkan keridhaan Allah. Kami tidak mengharapkan balasan dari kamu dan tidak pula (ucapan) terima kasih.* **(QS. Al-Insân: 9)**

Masih banyak orang berakal yang sering hilang kendali dan menjadi kacau pikiranya saat menghadapi kritikan atau cercaan pedas dari orang-orang sekitarnya. Terkesan, mereka seolah-olah belum pernah mendengar wahyu Ilahi yang menjelaskan dengan gamblang tentang perilaku golongan manusia yang selalu mengingkari Allah. Dalam wahyu itu dikatakan:

> *Tetapi setelah Kami hilangkan bahaya itu daripadanya, dia (kembali) melalui (jalannya yang sesat), seolah-olah dia tidak pernah berdoa kepada Kami*

untuk (menghilangkan) bahaya yang telah menimpanya. Begitulah orang-orang yang melampaui batas itu memandang baik apa yang selalu mereka kerjakan. **(QS. Yûnus: 12)**

Anda tak perlu terkejut manakala menghadiahkan sebatang pena kepada orang bebal, lalu ia memakai pena itu untuk menulis cemoohan kepada Anda. Dan Anda tak usah kaget, bila orang yang Anda beri tongkat untuk menggiring domba gembalaannya justru memukulkan tongkat itu ke kepala Anda. Itu semua adalah watak dasar manusia yang selalu mengingkari dan tak pernah bersyukur kepada Penciptanya sendiri Yang Maha Agung nan Mulia. Begitulah, kepada Tuhannya saja mereka berani membangkang dan mengingkari, maka apalagi kepada saya dan Anda.

Berbuat Baik Terhadap Orang Lain, Melapangkan Dada

Kebajikan itu sebajik namanya, keramahan seramah wujudnya, dan kebaikan sebaik rasanya. Orang-orang yang pertama kali akan dapat merasakan manfaat dari semua itu adalah mereka yang melakukannya. Mereka akan merasakan "buah"nya seketika itu juga dalam jiwa, akhlak, dan nurani mereka. Sehingga, mereka pun selalu lapang dada, tenang, tenteram dan damai.

Ketika diri Anda diliputi kesedihan dan kegundahan, berbuat baiklah terhadap sesama manusia, niscaya Anda akan mendapatkan ketentraman dan kedamaian hati. Sedekahilah orang yang papa, tolonglah orang-orang yang terzalimi, ringankan beban orang yang menderita, berilah makan orang yang kelaparan, jenguklah orang yang sakit, dan bantulah orang yang terkena musibah, niscaya Anda akan merasakan kebahagiaan dalam semua sisi kehidupan Anda!

Perbuatan baik itu laksana wewangian yang tidak hanya mendatangkan manfaat bagi pemakainya, tetapi juga orang-orang yang berada di sekitarnya. Dan manfaat psikologis dari kebajikan itu terasa seperti obat-obat manjur yang tersedia di apotik orang-orang yang berhati baik dan bersih.

Menebar senyum manis kepada orang-orang yang "miskin akhlak" merupakan sedekah jariyah. Ini, tersirat dalam tuntunan akhlak yang berbunyi, "... meski engkau hanya menemui saudaramu dengan wajah berseri."

(Al-Hadîts)

Sedang kemuraman wajah merupakan tanda permusuhan sengit terhadap orang lain yang hanya diketahui terjadinya oleh Sang Maha Gaib.

Seteguk air yang diberikan seorang pelacur kepada seekor anjing yang kehausan dapat membuahkan surga yang luasnya seluas langit dan bumi. Ini merupakan bukti bahwa Sang Pemberi pahala adalah Dzat Yang Maha Pemaaf, Maha Baik dan sangat mencintai kebajikan, serta Maha Kaya lagi Maha Terpuji.

Wahai orang-orang yang merasa terancam oleh himpitan kesengsaraan, kecemasan dan kegundahan hidup, kunjungilah taman-taman kebajikan, sibukkan diri kalian dengan memberi, mengunjungi, membantu, menolong, dan meringankan beban sesama. Dengan semua itu, niscaya kalian akan mendapatkan kebahagiaan dalam semua sisinya; rasa, warna, dan juga hakekatnya.

> *Padahal tidak ada seorang pun memberikan suatu nikmat kepadanya yang harus dibalasnya. Tetapi (dia memberikan itu semata-mata) karena mencari keridhaan Rabb-nya Yang Maha Tinggi. Dan kelak dia benar-benar mendapat kepuasan.* **(QS. Al-Lail: 19-21)**

Isi Waktu Luang Dengan Berbuat!

Orang-orang yang banyak menganggur dalam hidup ini, biasanya akan menjadi penebar isu dan desas desus yang tak bermanfaat. Itu karena akal pikiran mereka selalu melayang-layang tak tahu arah. Dan,

> *Mereka rela berada bersama orang-orang yang tidak pergi berperang.* **(QS. At-Taubah: 87)**

Saat paling berbahaya bagi akal adalah manakala pemiliknya menganggur dan tak berbuat apa-apa. Orang seperti itu, ibarat mobil yang berjalan dengan kecepatan tinggi tanpa sopir, akan mudah oleng ke kanan dan ke kiri.

Bila pada suatu hari Anda mendapatkan diri Anda menganggur tanpa kegiatan, bersiaplah untuk bersedih, gundah, dan cemas! Sebab, dalam keadaan kosong itulah pikiran Anda akan menerawang ke mana-mana; mulai dari mengingat kegelapan masa lalu, menyesali kesialan masa kini, hingga mencemaskan kelamnya masa depan yang belum tentu Anda alami. Dan itu, membuat akal pikiran Anda tak terkendali dan mudah lepas

kontrol. Maka dari itu, saya nasehatkan kepada Anda dan diriku sendiri bahwa mengerjakan amalan-amalan yang bermanfaat adalah lebih baik daripada terlarut dalam kekosongan yang membinasakan. Singkatnya, membiarkan diri dalam kekosongan itu sama halnya dengan bunuh diri dan merusak tubuh dengan narkoba.

Waktu kosong itu tak ubahnya dengan siksaan halus *ala* penjara Cina; meletakkan si narapidana di bawah pipa air yang hanya dapat meneteskan air satu tetes setiap menit selama bertahun-tahun. Dan dalam masa penantian yang panjang itulah, biasanya seorang napi akan menjadi stres dan gila.

Berhenti dari kesibukan itu kelengahan, dan waktu kosong adalah pencuri yang culas. Adapun akal Anda, tak lain merupakan mangsa empuk yang siap dicabik-cabik oleh ganasnya terkaman kedua hal tadi; kelengahan dan si "pencuri".

Karena itu bangkitlah sekarang juga. Kerjakan shalat, baca buku, bertasbih, mengkaji, menulis, merapikan meja kerja, merapikan kamar, atau berbuatlah sesuatu yang bermanfaat bagi orang lain untuk mengusir kekosongan itu! Ini, karena aku ingin mengingatkan Anda agar tidak berhenti sejenak pun dari melakukan sesuatu yang bermanfaat.

Bunuhlah setiap waktu kosong dengan 'pisau' kesibukan! Dengan cara itu, dokter-dokter dunia akan berani menjamin bahwa Anda telah mencapai 50% dari kebahagiaan. Lihatlah para petani, nelayan, dan para kuli bangunan! Mereka dengan ceria mendendangkan lagu-lagu seperti burung-burung di alam bebas. Mereka tidak seperti Anda yang tidur di atas ranjang empuk, tetapi selalu gelisah dan menyeka air mata kesedihan.

Jangan Latah!

Yakni, jangan mudah mengenakan dan meniru-meniru ciri kepribadian umat lain. Karena, itu akan menjadi petaka yang tak mudah reda bagimu. Orang-orang yang lupa dengan dirinya sendiri, suaranya, gerakan tubuhnya, ucapannya, kemampuannya, dan kondisinya sendiri, kebanyakan akan meniru-niru budaya bangsa lain. Dan itulah yang disebut dengan latah, mengada-ada, berpura-pura, dan membunuh paksa bentuk dan wujud dirinya sendiri.

Sejak zaman Nabi Adam hingga makhluk terakhir ciptaan Allah, tak pernah ada dua orang yang sama persis rupanya. Maka, mengapa masih ada orang-orang yang memaksa diri untuk menyamakan perilaku dan kepribadiannya dengan bangsa lain?

Anda merupakan sesuatu yang lain daripada yang lain. Tak ada seorang pun yang menyerupai Anda dalam catatan sejarah kehidupan ini. Belum pernah ada seorang pun yang diciptakan sama dengan Anda, dan tidak akan pernah ada orang yang akan serupa dengan Anda di kemudian hari.

Anda sama sekali berbeda dari Zaid dan 'Amr. Karenanya, jangan memaksakan diri untuk berbuat latah dan meniru-niru kepribadian orang lain!

Tetaplah berpijak dan berjalan pada kondisi dan karakter Anda sendiri.

> *Sungguh, tiap-tiap suku telah mengetahui tempat minumnya (masing-masing).* **(QS. Al-Baqarah: 60)**

> *Dan, bagi tiap-tiap umat ada kiblatnya (sendiri) yang ia menghadap kepadanya. Maka, berlomba-lombalah kamu (dalam berbuat) kebaikan.*
> **(QS. Al-Baqarah: 148)**

Hiduplah sebagaimana Anda diciptakan; jangan mengubah suara, mengganti intonasinya, dan jangan pula merubah cara berjalan Anda! Tuntunlah diri Anda dengan wahyu Ilahi, tetapi juga jangan melupakan kondisi Anda dan membunuh kemerdekaan Anda sendiri.

Anda memiliki corak dan warna tersendiri. Dan kami menginginkan agar Anda tetap seperti itu; dengan corak dan warna Anda sendiri. Sebab Anda memang diciptakan demikian adanya. Kami mengenal Anda seperti itu, maka jangan pernah latah dengan meniru-niru orang lain.

Umat manusia—dengan pelbagai macam tabiat dan wataknya—seperti alam tumbuhan: ada yang manis dan asam, dan ada yang panjang dan pendek. Dan seperti itulah seharusnya umat manusia. Jika Anda seperti pisang, Anda tak perlu mengubah diri menjadi jambu, sebab harga dan keindahan Anda akan tampak jika Anda menjadi pisang.

Begitulah, sesungguhnya perbedaan warna kulit, bahasa, dan kemampuan kita masing-masing merupakan tanda-tanda kebesaran Sang Maha Pencipta. Karena itu, jangan sekali-kali mengingkari tanda-tanda kebesaran-Nya.

Qadha' dan Qadar

Tiada suatu bencana yang menimpa di bumi dan (tidak pula) pada dirimu sendiri, melainkan dia telah tertulis dalam kitab (Lauh Mahfuzh) sebelum Kami menciptakannya. **(QS. Al-Hadîd: 22)**

Tinta pena telah mengering, lembaran-lembaran catatan ketentuan telah disimpan, setiap perkara telah diputuskan dan takdir telah ditetapkan. Maka,

Katakanlah: "Sekali-kali tidak akan menimpa kami, melainkan apa yang telah ditetapkan oleh Allah bagi kami." **(QS. At-Taubah: 51)**

Apa yang membuat Anda benar, maka tak akan membuat Anda salah. Sebaliknya, apa yang membuat Anda salah, maka tidak akan membuat Anda benar.

Jika keyakinan tersebut tertanam kuat pada jiwa Anda dan kukuh bersemayam dalam hati Anda, maka setiap bencana akan menjadi karunia, setiap ujian menjadi anugerah, dan setiap peristiwa menjadi penghargaan dan pahala.

"Barangsiapa yang oleh Allah dikehendaki menjadi baik maka ia akan diuji oleh-Nya." **(Al-Hadîts)**

Karena itu, jangan pernah merasa gundah dan bersedih dikarenakan suatu penyakit, kematian yang semakin dekat, kerugian harta, atau rumah terbakar. Betapapun, sesungguhnya Sang Maha Pencipta telah menentukan segala sesuatunya dan takdir telah bicara. Usaha dan upaya dapat sedemikian rupa, tetapi hak untuk menentukan tetap mutlak milik Allah. Pahala telah tercapai, dan dosa sudah terhapus. Maka, berbahagialah orang-orang yang tertimpa musibah atas kesabaran dan kerelaan mereka terhadap Yang Maha Mengambil, Maha Pemberi, Maha Mengekang lagi Maha Lapang.

Dia tidak ditanya tentang apa yang diperbuat-Nya dan merekalah yang akan ditanyai. **(QS. Al-Anbiyâ`: 23)**

Syaraf-syaraf Anda akan tetap tegang, kegundahan jiwa Anda tak akan reda, dan kecemasan di dada Anda tak akan pernah sirna, sebelum Anda benar-benar beriman terhadap *qadha'* dan *qadar*.

Tinta pena telah mengering bersamaan dengan semua hal yang akan Anda temui. Maka, jangan biarkan diri Anda larut dalam kesedihan. Jangan mengira diri Anda sanggup melakukan segala upaya untuk menahan

tembok yang akan runtuh, membendung air yang akan meluap, menahan angin agar tak bertiup, atau memelihara kaca agar tak pecah. Adalah tak benar bila semua itu dapat terjadi dengan paksaanku dan paksaanmu, karena apa yang telah digariskan akan terjadi. Setiap ketentuan akan berjalan dan semua keputusan akan terlaksana. Demikianlah *"orang bebas memilih; boleh percaya dan tidak"*

Anda harus menyerahkan semua hal kepada takdir agar tak ditindas oleh bala tentara kebencian, penyesalan dan kebinasaan. Dan, percayalah dengan kebenaran *qadha'* sebelum Anda dilanda banjir penyesalan! Dengan begitu, jiwa Anda akan tetap tenang menjalani segala daya upaya dan cara yang memang harus ditempuh. Dan bila kemudian terjadi hal-hal yang tidak Anda inginkan, maka itu pun merupakan bagian dari ketentuan yang memang harus terjadi. Jangan pula pernah berandai, *"Seandainya saja aku melakukan seperti ini, niscaya akan begini dan begini jadinya."* Tapi katakanlah, *"Allah telah menakdirkan, dan apa yang Dia kehendaki akan Dia lakukan."* **(Al-Hadîts)**

Bersama Kesulitan Ada Kemudahan

Wahai manusia, setelah lapar ada kenyang, setelah haus ada kepuasan, setelah begadang ada tidur pulas, dan setelah sakit ada kesembuhan. Setiap yang hilang pasti ketemu, dalam kesesatan akan datang petunjuk, dalam kesulitan ada kemudahan, dan setiap kegelapan akan terang benderang.

> *Mudah-mudahan Allah akan mendatangkan kemenangan (kepada Rasul-Nya) atau sesuatu keputusan dari sisi-Nya.* **(QS. Al-Mâ`idah: 52)**

Sampaikan kabar gembira kepada malam hari bahwa sang fajar pasti datang mengusirnya dari puncak-puncak gunung dan dasar-dasar lembah. Kabarkan juga kepada orang yang dilanda kesusahan bahwa, pertolongan akan datang secepat kelebatan cahaya dan kedipan mata. Kabarkan juga kepada orang yang ditindas bahwa kelembutan dan dekapan hangat akan segera tiba.

Saat Anda melihat hamparan padang sahara yang seolah memanjang tanpa batas, ketahuilah bahwa di balik kejauhan itu terdapat kebun yang rimbun penuh hijau dedaunan.

Ketika Anda melihat seutas tali meregang kencang, ketahuilah bahwa, tali itu akan segera putus.

Setiap tangisan akan berujung dengan senyuman, ketakutan akan berakhir dengan rasa aman, dan kegelisahan akan sirna oleh kedamaian.

Kobaran api tidak mampu membakar tubuh Nabi Ibrahim a.s. Dan itu, karena pertolongan Ilahi membuka "jendela" seraya berkata:

Hai api menjadi dinginlah dan menjadi keselamatanlah bagi Ibrahim.
(QS. Al-Anbiyâ`: 69)

Lautan luas tak kuasa menenggelamkan *Kalimur Rahman* (Musa a.s). Itu, tak lain karena suara agung kala itu telah bertitah,

Sekali-kali tidak akan tersusul. Sesungguhnya, Rabb-ku besertaku, kelak Dia akan memberi petunjuk kepadaku. **(QS. Asy-Syu'arâ` : 62)**

Ketika bersembunyi dari kejaran kaum kafir dalam sebuah gua, Nabi Muhammad s.a.w. yang *ma'shum* mengabarkan kepada Abu Bakar bahwa Allah Yang Maha Tunggal dan Maha Tinggi ada bersama mereka. Sehingga, rasa aman, tenteram dan tenang pun datang menyelimuti Abu Bakar.

Mereka yang terpaku pada waktu yang terbatas dan pada kondisi yang (mungkin) sangat kelam, umumnya hanya akan merasakan kesusahan, kesengsaraan, dan keputusasaan dalam hidup mereka. Itu, karena mereka hanya menatap dinding-dinding kamar dan pintu-pintu rumah mereka. Padahal, mereka seharusnya menembuskan pandangan sampai ke belakang tabir dan berpikir lebih jauh tentang hal-hal yang berada di luar pagar rumahnya.

Maka dari itu, jangan pernah merasa terhimpit sejengkalpun, karena setiap keadaan pasti berubah. Dan sebaik-baik ibadah adalah menanti kemudahan dengan sabar. Betapapun, hari demi hari akan terus bergulir, tahun demi tahun akan selalu berganti, malam demi malam pun datang silih berganti. Meski demikian, yang gaib akan tetap tersembunyi, dan Sang Maha Bijaksana tetap pada keadaan dan segala sifat-Nya. Dan Allah mungkin akan menciptakan sesuatu yang baru setelah itu semua. Tetapi sesungguhnya, setelah kesulitan itu tetap akan muncul kemudahan.

Jadikan Buah Lemon Itu Minuman yang Manis!

Orang cerdik akan berusaha merubah kerugian menjadi keuntungan. Sedangkan orang bodoh akan membuat suatu musibah menjadi bertumpuk dan berlipat ganda.

Ketika Rasulullah s.a.w. diusir dari Makkah, beliau memutuskan untuk menetap di Madinah dan kemudian berhasil membangunnya menjadi sebuah negara yang sangat akrab di telinga dan mata sejarah.

Ahmad ibn Hanbal pernah dipenjara dan dihukum dera, tetapi karenanya pula ia kemudian menjadi imam salah satu madzhab. Ibnu Taimiyyah pernah di penjara, tetapi justru di penjara itulah ia banyak melahirkan karya. As-Sarakhsi pernah dikurung di dasar sumur selama bertahun-tahun, tetapi di tempat itulah ia berhasil mengarang buku sebanyak dua puluh jilid. Ketika Ibnul-Atsir dipecat dari jabatannya, ia berhasil menyelesaikan karya besarnya yang berjudul *Jamî'ul Ushûl* dan *an-Nihâyah,* salah satu buku paling terkenal dalam hadits. Demikian halnya dengan Ibnul-Jawzy, ia pernah diasingkan dari Baghdad, dan karena itu ia menguasai *qiraah sab'ah*. Malik ibn ar-Raib adalah penderita suatu penyakit yang mematikan, namun ia mampu melahirkan syair-syair yang sangat indah dan tak kalah dengan karya-karya para penyair besar zaman Abbasiyah. Lalu, ketika semua anak Abi Dzuaib al-Hudzali mati meninggalkannya seorang diri, ia justru mampu menciptakan nyanyian-nyanyian puitis yang mampu membekam mulut zaman, membuat setiap pendengarnya tersihir, memaksa sejarah untuk selalu bertepuk tangan saat mendengarnya kembali.

Begitulah, ketika tertimpa suatu musibah, Anda harus melihat sisi yang paling terang darinya. Ketika seseorang memberi Anda segelas air lemon, Anda perlu menambah sesendok gula ke dalamnya. Ketika mendapat hadiah seekor ular dari orang, ambil saja kulitnya yang mahal dan tinggalkan bagian tubuhnya yang lain. Ketika disengat kalajengking, ketahuilah bahwa sengatan itu sebenarnya memberikan kekebalan pada tubuh Anda dari bahaya bisa ular.

Kendalikan diri Anda dalam berbagai kesulitan yang Anda hadapi! Dengan begitu, Anda akan dapat mempersembahkan bunga mawar dan melati yang harum kepada kami. Dan,

Boleh jadi kamu membenci sesuatu, padahal ia amat baik bagimu.

(QS. Al-Baqarah: 216)

Sebelum terjadi revolusi besar di Perancis, konon negara itu pernah memenjara dua sastrawan terkenalnya. Salah seorang dari keduanya sangat optimistis dan yang seorang lagi pesimistis bahwa revolusi dan perubahan akan segera terjadi. Setiap hari keduanya sama-sama melongokkan kepala melalui sela-sela jeruji penjara. Hanya saja, sang sastrawan yang optimistis selalu memandang ke atas dan melihat bintang-bintang yang gemerlap di

langit. Dan karena itu ia selalu tersenyum cerah. Adapun sastrawan yang pesimistis, ia selalu melihat ke arah bawah dan hanya melihat tanah hitam di depan penjara, dan kemudian menangis sedih.

Begitulah, sebaiknya Anda selalu melihat sisi lain dari kesedihan itu. Sebab, belum tentu semuanya menyedihkan, pasti ada kebaikan, secercah harapan, jalan keluar serta pahala.

Siapakah yang Memperkenankan Doa Orang yang Kesulitan Apabila Ia Berdoa?

Siapakah yang berhak menjadi tempat mengadu orang-orang yang dilanda kegelisahan, kesempitan, kesulitan dan kesedihan? Kepada siapakah mereka harus memohon pertolongan? Siapakah yang layak menjadi tempat bergantung, memohon, meminta dan meratap semua makhluk? Siapakah yang berhak menjadi gantungan hati dan selalu diucapkan oleh lidah manusia? Tak lain, adalah hanya Allah yang tiada *Ilah* selain Dia.

Bagiku dan juga Anda, adalah suatu kewajiban untuk berdoa dan meminta kepada-Nya dalam keadaan lapang maupun sempit, dalam keadaan mudah maupun ketika sulit. Kita harus menumpahkan semua permasalahan ke haribaan-Nya dan kita juga tetap harus ber-*tawassul* kepada-Nya, meski dalam keterjepitan seperti apapun. Kita harus duduk bersimpuh di depan pintu gerbang-Nya sambil memohon, menangis merendahkan diri dan meminta ampunan-Nya. Dan kemudian, tunggulah! Karena pada saatnya nanti akan datang pertolongan, *ma'unah* (uluran), bantuan dan kemudahan yang bersumber dari-Nya.

> *Atau, siapakah yang memperkenankan (doa) orang yang dalam kesulitan apabila ia berdoa kepada-Nya.* **(QS. An-Naml: 62)**

Jawabannya adalah Allah-lah yang menyelamatkan orang yang tenggelam, memberi jalan keluar orang-orang yang mengalami kesulitan, menolong orang yang dizalimi, memberi petunjuk orang yang sesat, menyembuhkan orang yang sakit, dan meringankan beban orang yang mendapat cobaan.

> *Maka apabila mereka naik kapal, mereka berdoa kepada Allah dengan memurnikan ketaatan kepada-Nya.* **(QS. Al-'Ankabût: 65)**

Di sini, saya tidak akan memaparkan doa-doa pengusir rasa duka, gundah dan sedih. Bagaimanapun, sebaiknya Anda mempelajari sendiri kalimat-kalimat doa yang indah dalam kitab-kitab hadist. Setelah itu, mengadulah, merataplah, berdoa dan memohonlah kepada-Nya. Dan bila Anda sudah berhasil menemukan-Nya, berarti Anda telah mendapatkan segalanya. Akan tetapi, jika Anda kehilangan iman kepada-Nya, niscaya Anda telah kehilangan segalanya.

Doa Anda kepada *Rabb* terhitung sebagai wujud lain dari ibadah. Juga sebagai bukti ketaatan besar yang akan mendatangkan suatu pemberian lebih dari apa yang Anda minta. Maka itu, seorang hamba yang benar-benar mengetahui hakekat berdoa kepada Allah, niscaya ia tak akan pernah resah, gundah, dan kacau pikirannya.

Semua tali akan mengerut kecuali tali-Nya, dan semua pintu akan tertutup kecuali pintu-Nya. Allah Maha Dekat, Maha Mendengar, dan Maha Menjawab. Dia mengabulkan doa setiap orang yang berada dalam kesulitan. Dia memerintahkan Anda — karena Anda manusia yang selalu membutuhkan dan lemah, dan Dia Maha Kaya, Maha Kuat, Maha Tunggal dan Maha Terpuji — agar senantiasa berdoa. Dia berkata,

Berdoalah kamu kepada-Ku niscaya akan Kuperkenankan bagimu.

(QS. Al-Mu` min: 60)

Ketika musibah dan bencana datang silih berganti menimpa Anda, berdzikirlah kepada-Nya, sebutlah nama-Nya, mohonlah pertolongan-Nya, dan mintalah jalan keluar dari-Nya! Tundukkan wajah untuk mengkuduskan nama-Nya demi mendapatkan mahkota kemerdekaan dari-Nya. Lekatkan hidung pada tempat Anda bersujud kepada-Nya agar Anda mendapatkan keselamatan. Angkat kedua tangan Anda, buka kedua telapak tangan Anda, perbanyak memohon kepada-Nya, jangan pernah bosan meminta kepada-Nya, dan jangan pernah berpaling dari depan pintu-Nya. Harapkanlah kelembutan kasih sayang dari-Nya, nantikan pertolongan-Nya, nyaringkan suara Anda tatkala menyebut nama-Nya, dan selalu berbaik sangkalah kepada-Nya. Curahkan seluruh waktu Anda untuk-Nya dan beribadahlah kepada-Nya dengan tekun agar Anda mendapatkan kebahagiaan dan kemenangan.

Semoga Rumahmu Membuat Bahagia

Mengasingkan diri yang diajarkan syariat dan sunah Rasul adalah menjauhkan diri dari kejahatan dan pelakunya, orang-orang yang banyak waktu kosongnya, orang-orang yang lalai, dan orang-orang yang senang membuat huru-hara. Dengan begitu, jiwa Anda akan selalu terkendali, hati menjadi tenang dan sejuk, pikiran selalu jernih, dan Anda akan merasa leluasa dan bahagia berada di taman-taman ilmu pengetahuan.

Mengasingkan diri (*'uzlah*) dari semua hal yang melalaikan manusia dari kebaikan dan ketaatan merupakan obat yang sudah diuji coba dan dibuktikan kemujarabannya oleh para ahli pengobatan hati. Banyak cara untuk menjauhkan diri dari kejahatan dan permainan yang sia-sia. Diantaranya adalah; mengisi waktu dengan menyuntikkan wawasan baru ke dalam akal pikiran, menjalankan semua hal yang sesuai dengan kaedah "takut kepada Allah", dan juga menghadiri majelis-majelis pertaubatan dan dzikir. Betapapun, perkumpulan atau majelis yang terpuji dan patut dikunjungi adalah yang digunakan untuk menjalankan shalat berjamaah, menuntut dan mengajarkan ilmu, atau untuk saling membantu dalam kebaikan. Maka dari itu, hindarilah majelis-majelis yang tidak jelas tujuannya dan tidak pula berguna! Jaga kesucian kulit Anda, tangisilah kesalahan Anda dan jagalah lidah! Semoga, dengan itu rumah Anda dapat membahagiakan hati Anda.

Pergaulan bebas antara laki-laki dan perempuan merupakan serangan mematikan bagi jiwa dan ancaman yang membahayakan keamanan dan kedamaian diri Anda. Pasalnya, melakukan hal itu berarti Anda telah bergaul dengan setan-setan pembisik desas-desus, penebar kabar bohong, peramal bencana dan petaka. Dan itu, akan membuat Anda mati tujuh kali dalam sehari sebelum Anda benar-benar mati. Maka,

> *Jika mereka berangkat bersama-sama kamu, niscaya mereka tidak menambah kamu selain dari kerusakan belaka.* **(QS. At-Taubah: 47)**

Atas dasar itu, harapan saya adalah supaya Anda menjalani bagaimanapun kondisi Anda, tetap menyendiri di 'kamar' Anda dan hanya keluar untuk berkata atau berbuat baik saja. Pada saat seperti itu hati Anda akan benar-benar menjadi milik Anda, sehingga waktu dan umur Anda selamat dari kesia-siaan, lidah Anda terhindar dari menggunjing (*ghibah*), hati Anda bersih dari kerisauan, telinga Anda terjauhkan dari ucapan kotor, dan jiwa Anda bebas dari berburuk sangka. Barangsiapa mencoba sesuatu, niscaya akan mengetahuinya. Barangsiapa membiarkan dirinya hanyut dalam

gumpalan kasak-kusuk dan terseret ke dalam komunitas orang-orang yang tidak berilmu, serta senang berbuat yang sia-sia, maka katakan kepadanya: Selamat tinggal!

Ganti Itu dari Allah

Allah tidak pernah mencabut sesuatu dari Anda, kecuali Dia menggantinya dengan yang lebih baik. Tetapi, itu terjadi apabila Anda bersabar dan tetap ridha dengan segala ketetapan-Nya.

> *"Barangsiapa Kuambil dua kekasihnya (matanya) tetap bersabar, maka Aku akan mengganti kedua(mata)nya itu dengan surga."* **(Al-Hadîts)**
>
> dan,
>
> *"Barangsiapa Kuambil orang yang dicintainya di dunia tetap mengharapkan ridha(Ku), niscaya Aku akan menggantinya dengan surga."* **(Al-Hadîts)**

Yakni, barangsiapa kehilangan anaknya tetap berusaha untuk bersabar, maka di alam keabadian kelak akan dibangunkan untuknya sebuah *Baitul Hamd* (Istana Pujaan).

Maka, Anda tak usah terlalu bersedih dengan musibah yang menimpa Anda, sebab yang menentukan semua itu adalah Dzat yang memiliki surga, balasan, pengganti, dan ganjaran yang besar.

Para *waliyullah* yang pernah ditimpa musibah, ujian dan cobaan akan mendapatkan penghormatan yang agung di surga Firdaus. Itu tersirat dalam firman-Nya,

> *Selamat atasmu karena kesabaranmu. Maka, alangkah baiknya tempat kesudahan itu.* **(QS. Ar-Ra'd: 24)**

Betapapun, kita harus selalu melihat dan yakin bahwa di balik musibah terdapat ganti dan balasan dari Allah yang akan selalu berujung pada kebaikan kita. Dengan begitu, kita akan termasuk,

> *Mereka itulah yang mendapat keberkatan yang sempurna dan rahmat dari Rabb mereka, dan mereka itulah orang-orang yang mendapat petunjuk.* **(QS. Al-Baqarah: 157)**

Ini merupakan ucapan selamat bagi orang-orang yang mendapat musibah dan kabar gembira bagi orang-orang yang mendapat bencana.

Umur dunia ini sangat pendek dan gudang kenikmatannya pun sangat miskin. Adapun akhirat, lebih baik dan kekal. Sehingga, barangsiapa di dunia mendapat musibah ia akan mendapat kesenangan di akhirat kelak, dan barangsiapa hidup sengsara di dunia ia akan hidup bahagia di akhirat. Lain halnya dengan mereka yang memang lebih mencintai dunia, hanya mendambakan kenikmatan dunia saja, dan lebih senang pada keindahan dunia. Hati mereka akan selalu gundah gulana, cemas tidak mendapatkan kenikmatan dunia dan takut tidak nyaman hidupnya di dunia. Mereka ini hanya menginginkan kenikmatan dunia saja, sehingga mereka selalu memandang musibah sebagai petaka besar yang mematikan. Mereka juga akan memandang setiap cobaan sebagai sesuatu yang gelap gulita selamanya. Ini adalah karena mereka selalu memandang ke arah bawah telapak kakinya dan hanya mengagungkan dunia yang sangat fana dan tak berharga ini.

Wahai orang-orang yang tertimpa musibah, sesungguhnya tak ada sesuatu pun yang hilang dari kalian. Kalian justru beruntung, karena Allah selalu menurunkan sesuatu kepada para hamba-nya dengan "surat ketetapan" yang di sela-sela huruf kalimatnya terdapat suatu kelembutan, empati, pahala, ada balasan, dan juga pilihan. Maka dari itu, siapa saja yang tertimpa musibah yang hebat, ia harus menghadapinya dengan sabar, mata yang jernih dan pola pikir yang panjang. Dengan begitu, ia akan menyaksikan bahwa buah manis dari musibah itu adalah:

Lalu, diadakan di antara mereka dinding yang mempunyai pintu. Di sebelah dalamnya ada rahmat dan di sebelah luarnya dari situ ada siksa.

(QS. Al-Hadîd: 13)

Dan sesungguhnya apa yang ada di sisi Allah itu lebih baik, lebih abadi, lebih utama, dan lebih mulia.

Iman Adalah Kehidupan

Orang-orang yang sesungguhnya paling sengsara adalah mereka yang miskin iman dan mengalami krisis keyakinan. Mereka ini, selamanya akan berada dalam kesengsaraan, kepedihan, kemurkaan, dan kehinaan.

Dan, barangsiapa berpaling dari peringatan-Ku, maka sesungguhnya baginya penghidupan yang sempit. **(QS. Thâhâ: 124)**

Tak ada sesuatu yang dapat membahagiakan jiwa, membersihkannya, menyucikannya, membuatnya bahagia, dan mengusir kegundahan darinya, selain keimanan yang benar kepada Allah s.w.t., *Rabb* semesta alam. Singkatnya, kehidupan akan terasa hambar tanpa iman.

Dalam pandangan para pembangkang Allah yang sama sekali tidak beriman, cara terbaik untuk menenangkan jiwa adalah dengan bunuh diri. Menurut mereka, dengan bunuh diri orang akan terbebas dari segala tekanan, kegelapan, dan bencana dalam hidupnya. Betapa malangnya hidup yang miskin iman! Dan betapa pedihnya siksa dan azab yang akan dirasakan oleh orang-orang yang menyimpang dari tuntunan Allah di akherat kelak!

> *Dan, (begitu pula) Kami memalingkan hati dan penglihatan mereka seperti mereka belum pernah beriman kepadanya (al-Quran) pada permulaannya, dan Kami biarkan mereka bergelimang dalam kesesatannya yang sangat sesat.*
> **(QS. Al-An'âm: 110)**

Kini, sudah saatnya dunia menerima dengan tulus ikhlas dan beriman dengan sesungguhnya bahwa "tidak ada *Ilah* selain Allah". Betapapun, pengalaman dan uji coba manusia sepanjang sejarah kehidupan dunia ini dari abad ke abad telah membuktikan banyak hal; menyadarkan akal bahwa berhala-berhala itu takhayul belaka, kekafiran itu sumber petaka, pembangkangan itu dusta, para rasul itu benar adanya, dan Allah benar-benar Sang Pemilik kerajaan bumi dan langit— segala puji bagi Allah dan Dia sungguh-sungguh Maha Kuasa atas segala sesuatu.

Seberapa besar—kuat atau lemah, hangat atau dingin—iman Anda, maka sebatas itu pula kebahagiaan, ketentraman, kedamaian dan ketenangan Anda.

> *Barangsiapa mengerjakan amal salih, baik laki-laki maupun perempuan dalam keadaan beriman, maka sesungguhnya akan Kami berikan kepadanya kehidupan yang baik, dan sesungguhnya akan Kami beri balasan kepada mereka dengan pahala yang lebih baik dari apa yang telah mereka kerjakan.* **(QS. An-Na<u>h</u>l: 97)**

Maksud kehidupan yang baik *(hayatan thayyibah)* dalam ayat ini adalah ketenangan jiwa mereka dikarenakan janji baik *Rabb* mereka, keteguhan hati mereka dalam mencintai Dzat yang menciptakan mereka, kesucian nurani mereka dari unsur-unsur penyimpangan iman, ketenangan mereka dalam menghadapi setiap kenyataan hidup, kerelaan hati mereka dalam

menerima dan menjalani ketentuan Allah, dan keikhlasan mereka dalam menerima takdir. Dan itu semua adalah karena mereka benar-benar yakin dan tulus menerima bahwa Allah adalah *Rabb* mereka, Islam agama mereka, dan Muhammad adalah nabi dan rasul yang diutus Allah untuk mereka.

Ambil Madunya, Tapi Jangan Hancurkan Sarangnya!

Di manapun kelembutan itu berada, ia akan menghiasi tempat itu. Demikian halnya bila ia dicabut dari suatu tempat, ia akan mengotorinya. Kelembutan tutur kata, senyuman tulus di bibir, dan sapaan-sapaan hangat yang terpuji saat bersua merupakan hiasan-hiasan yang selalu dikenakan oleh orang-orang mulia.

Semua itu merupakan sifat seorang mukmin yang akan menjadikannya seperti seekor lebah; makan dari makanan yang baik dan menghasilkan madu yang baik. Dan bila hinggap pada setangkai bunga, ia tidak pernah merusaknya. Semua itu terjadi karena Allah menganugerahkan pada kelembutan sesuatu yang tidak Dia berikan kepada kekerasan.

Di antara manusia terdapat orang-orang "istimewa" yang membuat banyak kepala tunduk hormat menyambut kedatangannya, banyak massa berjubel ingin melihat mukanya, banyak hati bersimpati padanya dan banyak jiwa memujanya. Dan mereka itu tak lain adalah orang-orang yang banyak dicintai dan dibicarakan manusia dikarenakan kedermawanan dan kemurahan hatinya, kejujurannya dalam berjual beli, serta keramahan dan sopan santunnya dalam bergaul.

Mencari banyak teman merupakan tuntunan dalam hidup yang selalu dicontohkan oleh orang-orang terhormat dikarenakan akhlak dan perilakunya yang terpuji. Mereka itulah orang-orang yang selalu berada di tengah-tengah kerumunan manusia dengan senyum yang merekah, keramahan yang menentramkan dan sopan santun yang menyejukkan. Dan karena itu, mereka selalu ditanyakan dan didoakan ketika tak terlihat.

Orang-orang yang bahagia memiliki tuntunan akhlak yang secara garis besar tercakup dalam slogan:

> *Tolaklah (kejahatan itu) dengan cara yang lebih baik, maka tiba-tiba orang yang antaramu dan antara dia ada permusuhan seolah-olah telah menjadi teman yang sangat setia.* **(QS. Fushshilat: 34)**

Begitulah, mereka dapat memupuskan rasa dengki dengan emosi yang terkendali, kesabaran yang menyejukkan, dan kemudahan memaafkan yang menentramkan. Mereka adalah orang-orang yang mudah melupakan kejahatan dan mengingat kebaikan orang lain. Karena itu, tatkala kata-kata kotor dan keji terlontar untuk mereka, telinga mereka tidak pernah memerah dibuatnya. Bahkan mereka memandang kata-kata itu sebagai angin lalu yang tak akan pernah kembali.

Mereka itulah orang-orang yang selalu berada dalam kedamaian, orang-orang yang berada di sekitar mereka merasa aman, dan kaum muslimin yang bersama mereka pun merasa tenteram.

"Orang muslim adalah orang yang jika orang muslim lainnya tidak merasa terganggu oleh lisan dan tangannya. Sedangkan orang mukmin adalah orang yang membuat orang lain merasa aman terhadap darah dan hartanya."

(Al-Hadîts)

"Sesungguhnya Allah memerintahkanku untuk menyambung tali silaturahmi pada orang yang memutuskan silaturahmi denganku. Aku diperintahkan untuk mengampuni orang yang berlaku zalim terhadapku dan memberi kepada orang yang tidak pernah memberi kepadaku." **(Al-Hadîts)**

Dan, orang-orang yang menahan amarahnya dan memaafkan (kesalahan). **(QS. Ali 'Imrân: 134)**

Sampaikan kabar gembira kepada mereka bahwa balasan Allah atas keteduhan, ketentraman, dan kedamaian mereka adalah akan disegerakan.

Sampaikan pula sebuah kabar gembira kepada mereka bahwa mereka juga akan mendapatkan balasan besar di akhirat berupa surga-surga dan sungai-sungai yang indah di sisi *Rabb* mereka kelak. Yakni,

Di tempat yang disenangi di sisi Rabb Yang Berkuasa.

(QS. Al-Qamar: 55)

"Dengan mengingat Allah, hati menjadi tenang."

Kejujuran itu kekasih Allah. Keterusterangan merupakan sabun pencuci hati. Pengalaman itu bukti. Dan seorang pemandu jalan tak akan membohongi rombongannya. Tidak ada satu pekerjaan yang lebih melegakan hati dan lebih agung pahalanya, selain berdzikir kepada Allah.

Karena itu, ingatlah kamu kepada-Ku niscaya Aku ingat (pula) kepadamu. **(QS. Al-Baqarah: 152)**

Berdzikir kepada Allah adalah surga Allah di bumi-Nya. Maka, siapa yang tak pernah memasukinya, ia tidak akan dapat memasuki surga-Nya di akhirat kelak. Berdzikir kepada Allah merupakan penyelamat jiwa dari pelbagai kerisauan, kegundahan, kekesalan dan goncangan. Dan dzikir merupakan jalan pintas paling mudah untuk meraih kemenangan dan kebahagian hakiki. Untuk melihat faedah dan manfaat dzikir, coba perhatikan kembali beberapa pesan wahyu Ilahi. Dan cobalah mengamalkannya pada hari-hari Anda, niscaya Anda akan mendapatkan kesembuhan.

Dengan berdzikir kepada Allah, awan ketakutan, kegalauan, kecemasan dan kesedihan akan sirna. Bahkan, dengan berdzikir kepada-Nya segunung tumpukan beban kehidupan dan permasalahan hidup akan runtuh dengan sendirinya.

Tidak mengherankan bila orang-orang yang selalu mengingat Allah senantiasa bahagia dan tenteram hidupnya. Itulah yang memang seharusnya terjadi. Adapun yang sangat mengherankan adalah bagaimana orang-orang yang lalai dari berdzikir kepada Allah itu justru menyembah berhala-berhala dunia. Padahal,

(Berhala-berhala) itu mati tidak hidup dan berhala-berhala itu tidak mengetahui bilakah penyembah-penyembahnya akan dibangkitkan.

(QS. An-Nahl: 21)

Wahai orang yang mengeluh karena sulit tidur, yang menangis karena sakit, yang bersedih karena sebuah tragedi, dan yang berduka karena suatu musibah, sebutlah nama-Nya yang kudus! Betapapun,

Apakah kamu mengetahui ada seorang yang sama dengan Dia (yang patut disembah)? **(QS. Maryam: 65)**

Semakin banyak Anda mengingat Allah, pikiran Anda akan semakin terbuka, hati Anda semakin tenteram, jiwa Anda semakin bahagia, dan nurani Anda semakin damai sentausa. Itu, karena dalam mengingat Allah terkandung nilai-nilai ketawakalan kepada-Nya, keyakinan penuh kepada-Nya, ketergantungan diri hanya kepada-Nya, kepasrahan kepada-Nya, berbaik sangka kepada-Nya, dan pengharapan kebahagiaan dari-Nya. Dia senantiasa dekat ketika si hamba berdoa kepada-Nya, senantiasa mendengar ketika diminta, dan senantiasa mengabulkan jika dimohon. Rendah-

kan dan tundukkan diri Anda ke hadapan-Nya, lalu sebutlah secara berulang-ulang nama-Nya yang indah dan penuh berkah itu dengan lidah Anda sebagai pengejawantahan dari ketauhidan, pujian, doa, permohonan dan permintaan ampunan Anda kepada-Nya.

Dengan begitu, niscaya Anda — berkat kekuatan dan pertolongan dari-Nya — akan mendapatkan kebahagiaan, ketenteraman, ketenangan, cahaya penerang dan kegembiraan. Dan,

> *Karena itu Allah memberikan kepada mereka pahala di dunia, dan pahala yang baik di akhirat.* **(QS. Ali 'Imrân: 148)**

"Ataukah mereka dengki pada manusia atas apa yang Allah karuniakan kepadanya?"

Kedengkian (*hasad)* itu seperti makanan asin yang senantiasa merapuhkan tulang. *Hasad* itu juga seperti penyakit kronis yang selalu menggerogoti tubuh pelan-pelan hingga rusak dan membusuk. Ada ungkapan: "Tak ada yang menyenangkan dari seorang pendengki, karena ia akan selalu menjadi musuh dalam selimut". Ada pula orang-orang yang berkata seperti ini: "Celaka benar seorang pendengki; memulai dengan persahabatan dan mengakhiri dengan pembunuhan."

Saya berusaha mencegah diri pribadi saya dan juga Anda agar tidak mengidap penyakit dengki. Ini merupakan wujud kasih sayang saya terhadap diri saya sendiri dan terhadap Anda sebelum dapat mencurahkan kasih sayang kepada orang lain. Bagaimanapun, dengan dengki terhadap orang lain, kita sama halnya dengan memberi makan kegalauan kepada daging-daging kita, memberi minum kegelisahan kepada darah kita, dan menebarkan rasa kantuk pelupuk mata kita kepada orang lain.

Seorang pendengki, ibarat orang yang menyalakan pemanggang roti, lalu setelah panas ia menceburkan dirinya sendiri ke dalam pemanggang itu. Keresahan, kecemasan dan kegelisahan hidup merupakan penyakit-penyakit yang dilahirkan oleh sifat dengki untuk mengakhiri ketentraman, kesejahteraan, dan kebahagiaan hidup. Bencana besar yang menimpa seorang pendengki adalah dikarenakan ia selalu melawan *qadha'* (ketentuan Allah), menuduh Allah tidak adil dalam kebijakan-Nya, melecehkan syariat, dan selalu menyeleweng dari ajaran-ajaran yang disampaikan oleh Rasulullah.

Sungguh, kedengkian itu merupakan penyakit yang tidak bakal mendatangkan pahala, dan juga bukan cobaan yang akan mendatangkan balasan baik dari Allah bagi para pelakunya. Seorang pendengki akan selalu panas ketika melihat orang lain mendapatkan kenikmatan dan kelebihan. Dan itu akan berlanjut sampai ia mati, atau kadang sampai kenikmatan orang lain tadi sudah tidak ada lagi.

Semua orang boleh diajak bersahabat, kecuali seorang pendengki. Sebab, seorang pendengki akan selalu membawa kita agar menyepelekan nikmat-nikmat Allah, menanggalkan semua kepribadian baik kita, melepaskan ciri kehormatan kita, dan meninggalkan semua sejarah baik kita. Itulah hal-hal yang akan membuat seorang pendengki menerima —meski mungkin dengan berat hati — Anda sebagai sahabatnya. Akan tetapi, bukankah kita harus berlindung kepada Allah dari kejahatan seorang pendengki ketika mendengki? Betapapun, seorang pendengki itu tetap seperti ular hitam berbisa yang tidak akan pernah diam sebelum menyemburkan bisanya pada tubuh yang tak berdosa.

Sungguh, saya peringatkan Anda agar jangan sekali-kali mencoba untuk memiliki rasa dengki. Berlindunglah kepada Allah agar tidak bergaul dengan seorang pendengki, karena Dia-lah yang selalu mengawasi Anda!

Hadapi Hidup Ini Apa Adanya!

Kondisi dunia ini penuh kenikmatan, banyak pilihan, penuh rupa, dan banyak warna. Semua itu bercampur baur dengan kecemasan dan kesulitan hidup. Dan, Anda adalah bagian dari dunia yang berada dalam kesukaran.

Anda tidak akan pernah menjumpai seorang ayah, isteri, kawan, sahabat, tempat tinggal, atau pekerjaan yang padanya tidak terdapat sesuatu yang menyulitkan. Bahkan, kadangkala justru pada setiap hal itu terdapat sesuatu yang buruk dan tidak Anda sukai. Maka dari itu, padamkanlah panasnya keburukan pada setiap hal itu dengan dinginnya kebaikan yang ada padanya. Itu kalau Anda mau selamat dengan adil dan bijaksana. Pasalnya, betapapun setiap luka ada harganya.

Allah menghendaki dunia ini sebagai tempat bertemunya dua hal yang saling berlawanan, dua jenis yang saling bertolak belakang, dua kubu yang saling berseberangan, dan dua pendapat yang saling berseberangan. Yakni,

yang baik dengan yang buruk, kebaikan dengan kerusakan, kebahagiaan dengan kesedihan. Dan setelah itu, Allah akan mengumpulkan semua yang baik, kebagusan dan kebahagiaan itu di surga. Adapun yang buruk, kerusakan dan kesedihan akan dikumpulkan di neraka. *"Dunia ini terlaknat, dan terlaknat semua yang ada di dalamnya, kecuali dzikir kepada Allah dan semua yang berkaitan dengannya, seorang yang 'alim dan seorang yang belajar,"* begitu hadist berkata.

Maka, jalanilah hidup ini sesuai dengan kenyataan yang ada. Jangan larut dalam khayalan. Dan, jangan pernah menerawang ke alam imajinasi. Hadapi kehidupan ini apa adanya; kendalikan jiwa Anda untuk dapat menerima dan menikmatinya! Bagaimanapun, tidak mungkin semua teman tulus kepada Anda dan semua perkara sempurna di mata Anda. Sebab, ketulusan dan kesempurnaan itu ciri dan sifat kehidupan dunia.

Bahkan, isteri Anda pun tak akan pernah sempurna di mata Anda. Maka kata hadist, *"Janganlah seorang mukmin mencela seorang mukminah (isterinya), sebab jika dia tidak suka pada salah satu kebiasaannya maka dia bisa menerima kebiasaannya yang lain."*

Adalah seyogyanya bila kita merapatkan barisan, menyatukan langkah, saling memaafkan dan berdamai kembali, mengambil hal-hal yang mudah kita lakukan, meninggalkan hal-hal yang menyulitkan, menutup mata dari beberapa hal untuk saat-saat tertentu, meluruskan langkah, dan mengesampingkan berbagai hal yang mengganggu.

Yakinilah Bahwa Anda Tetap Mulia Bersama Para Penerima Cobaan!

Tengoklah kanan kiri, tidakkah Anda menyaksikan betapa banyaknya orang yang sedang mendapat cobaan, dan betapa banyaknya orang yang sedang tertimpa bencana? Telusurilah, di setiap rumah pasti ada yang merintih, dan setiap pipi pasti pernah basah oleh air mata.

Sungguh, betapa banyaknya penderitaan yang terjadi, dan betapa banyak pula orang-orang yang sabar menghadapinya. Maka Anda bukan hanya satu-satunya orang yang mendapat cobaan. Bahkan, mungkin saja penderitaan atau cobaan Anda tidak seberapa bila dibandingkan dengan cobaan orang lain. Berapa banyak di dunia ini orang yang terbaring sakit di atas ranjang selama bertahun-tahun dan hanya mampu membolak-balikkan badannya, lalu merintih kesakitan dan menjerit menahan nyeri.

Berapa banyak orang yang dipenjara selama bertahun-tahun tanpa pernah dapat melihat cahaya matahari sekalipun, dan ia hanya mengenal jeruji-jeruji selnya.

Berapa banyak orang tua yang harus kehilangan buah hatinya, baik yang masih belia dan lucu-lucunya, atau yang sudah remaja dan penuh harapan.

Betapa banyaknya di dunia ini orang yang menderita, mendapat ujian dan cobaan, belum lagi mereka yang harus setiap saat menahan himpitan hidup.

Kini, sudah tiba waktu Anda untuk memandang diri Anda mulia bersama mereka yang terkena musibah dan mendapat cobaan. Sudah tiba pula waktu Anda untuk menyadari bahwa kehidupan di dunia ini merupakan penjara bagi orang-orang mukmin dan tempat kesusahan dan cobaan. Di pagi hari, istana-istana kehidupan penuh sesak dengan penghuninya, namun menjelang senja istana-istana itu ambruk menjadi reruntuhan. Mungkin saat ini kekuatan masih prima, badan masih sehat, harta melimpah, dan keturunan banyak jumlahnya. Namun dalam hitungan hari saja semuanya bisa berubah: jatuh miskin, kematian datang secara tiba-tiba, perpisahan yang tak bisa dihindarkan, dan sakit yang tiba-tiba menyerang.

Dan, telah nyata bagimu bagaimana Kami berbuat terhadap mereka dan telah Kami berikan kepadamu beberapa perumpamaan. **(QS. Ibrahîm: 45)**

Sebaiknya Anda mempersiapkan diri sebagaimana kesiapan seekor unta berpengalaman yang akan mengiringi Anda menyeberangi padang sahara. Bandingkan penderitaan Anda dengan penderitaan orang-orang di sekitar Anda dan orang-orang sebelum Anda, niscaya Anda akan sadar bahwa Anda sebenarnya lebih beruntung dibanding mereka. Bahkan, Anda akan merasakan bahwa penderitaan Anda itu hanyalah duri-duri kecil yang tak ada artinya. Maka, panjatkan segala pujian kepada Allah atas semua kebaikan-Nya itu, bersyukurlah kepada-Nya atas semua yang diberikan kepada Anda, bersabarlah atas semua yang diambil-Nya, dan yakinilah kemuliaan Anda bersama orang-orang menderita di sekitar Anda.

Banyak suri tauladan Rasulullah s.a.w. yang perlu Anda contoh. Syahdan, beliau pernah dilempar kotoran unta oleh orang-orang kafir Makkah, kedua kakinya dicederai dan wajahnya mereka lukai. Dikepung dalam suatu kaum beberapa lama hingga beliau hanya dapat makan dedaunan apa adanya saja, diusir dari Makkah, dipukul gerahamnya hingga retak, dicemarkan kehormatan isterinya, tujuh puluh sahabatnya ter-

bunuh, dan seorang putera serta sebagian besar puterinya meninggal dunia pada saat beliau sedang senang-senangnya membelai mereka. Bahkan, karena terlalu laparnya, beliau pernah mengikatkan batu di perutnya untuk menahan lapar.

Beliau pernah pula dituduh sebagai seorang penyair (bukan penyampai wahyu Allah), dukun, orang gila dan pembohong. Namun, Allah melindunginya dari semua itu. Dan semua hal tadi merupakan cobaan yang harus beliau hadapi dan penyucian jiwa yang tiada tara dan tandingannya.

Sebelum itu, Nabi Zakariya dibunuh kaumnya, Nabi Yahya dijagal, Nabi Musa diusir dan dikejar-kejar, dan Ibrahim dibakar. Cobaan-cobaan itu juga menimpa para khalifah dan pemimpin kita; Umar r.a. dilumuri dengan darahnya sendiri, Utsman dibunuh diam-diam, dan Ali ditikam dari belakang. Dan masih banyak lagi para pemimpin kita yang juga harus menerima punggungnya penuh bekas cambukan, dijebloskan ke dalam penjara, dan juga dibuang ke negari lain.

Apakah kamu mengira bahwa kamu akan masuk surga, padahal belum datang kepadamu (cobaan) sebagaimana halnya orang-orang terdahulu sebelum kamu? Mereka ditimpa oleh malapetaka dan kesengsaraan serta digoncangkan (dengan bermacam-macam cobaan).

(QS. Al-Baqarah: 214)

Shalat...Shalat...

Wahai orang-orang yang beriman, mintalah pertolongan (kepada Allah) dengan sabar dan shalat. **(QS. Al-Baqarah: 153)**

Jika Anda diliputi ketakutan, dihimpit kesedihan, dan dicekik kerisauan, maka segeralah bangkit untuk melakukan shalat, niscaya jiwa Anda akan kembali tenteram dan tenang. Sesungguhnya, shalat itu — atas izin Allah — sangatlah cukup untuk hanya sekadar menyirnakan kesedihan dan kerisauan.

Setiap kali dirundung kegelisahan, Rasulullah s.a.w. selalu meminta kepada Bilal ibn Rabbah, *"Tenangkanlah kami dengan shalat, wahai Bilal."* **(Al-Hadîts)** Begitulah, shalat benar-benar merupakan penyejuk hati dan sumber kebahagian bagi Rasulullah s.a.w.

Saya telah banyak membaca sejarah hidup beberapa tokoh kita. Dan umumnya, mereka sama dalam satu hal: saat dihimpit banyak persoalan sulit dan menghadapi banyak cobaan, mereka meminta pertolongan kepada Allah dengan shalat yang khusyu'. Begitulah mereka mencari jalan keluar, sehingga kekuatan, semangat dan tekad hidup mereka pun pulih kembali.

Shalat *Khauf* diperintahkan untuk dikerjakan pada saat-saat genting. Yakni ketika nyawa terancam oleh hunusan pedang lawan yang dapat menyebabkan kekalahan. Ini merupakan isyarat bahwa sebaik-baik penenang jiwa dan penentram hati adalah shalat yang khusyu'.

Bagi generasi umat manusia yang sedang banyak menderita penyakit kejiwaan seperti saat ini, hendaklah rajin mengenal masjid dan menempelkan keningnya di atas lantai tempat sujud dalam rangka meraih ridha dari *Rabb*-nya. Dengan begitu, niscaya ia akan selamat dari pelbagai himpitan bencana. Akan tetapi, bila ia tidak segera mengerjakan kedua hal tadi, niscaya air matanya justru akan membakar kelopak matanya dan kesedihan akan mehancurkan urat syarafnya. Maka, menjadi semakin jelas bahwa, seseorang tidak memiliki kekuatan apapun yang dapat mengantarkannya kepada ketenangan dan ketenteraman hati selain shalat.

Salah satu nikmat Allah yang paling besar—jika kita mau berpikir — adalah bahwa shalat wajib lima waktu dalam sehari semalam dapat menebus dosa-dosa kita dan mengangkat derajat kita di sisi *Rabb* kita. Bahkan, shalat lima waktu juga dapat menjadi obat paling mujarab untuk mengobati pelbagai kekalutan yang kita hadapi dan obat yang sangat manjur untuk berbagai macam penyakit yang kita derita. Betapapun, shalat mampu meniupkan ketulusan iman dan kejernihan iman ke dalam relung hati, sehingga hati pun selalu ridha dengan apa saja yang telah ditentukan Allah.

Lain halnya dengan orang yang lebih senang menjauhi masjid dan meninggalkan shalat. Mereka niscaya akan hidup dari satu kesusahan ke kesusahan yang lain, dari guncangan jiwa yang satu ke guncangan jiwa yang lain, dan dari kesengsaraan yang satu ke kesengsaraan yang lain.

Dan, orang-orang yang kafir maka kecelakaanlah bagi mereka dan Allah menghapus amal-amal mereka. **(QS. Muhammad: 8)**

"Cukuplah Allah menjadi penolong kami dan Allah adalah sebaik-baik pelindung."

Menyerahkan semua perkara kepada Allah, bertawakal kepada-Nya, percaya sepenuhnya terhadap janji-janji-Nya, ridha dengan apa yang dilakukan-Nya, berbaik sangka kepada-Nya, dan menunggu dengan sabar pertolongan dari-Nya merupakan buah keimanan yang paling agung dan sifat paling mulia dari seorang mukmin. Dan ketika seorang hamba tenang bahwa apa yang akan terjadi itu baik baginya, dan ia menggantungkan setiap permasalahannya hanya kepada *Rabb*-nya, maka ia akan mendapatkan pengawasan, perlindungan, pencukupan serta pertolongan dari Allah.

Syahdan, ketika Nabi Ibrahim a.s. dilempar ke dalam kobaran api, ia mengucapkan, *"Hasbunallâh wa ni'mal wakîl,"* maka Allah pun menjadikan api yang panas itu dingin seketika. Dan Ibrahim pun tidak terbakar. Demikian halnya yang dilakukan Rasulullah dan para sahabatnya. Tatkala mendapat ancaman dari pasukan kafir dan penyembah berhala, mereka juga mengucapkan, *"Hasbunallâh wa ni'mal wakîl."*

(Cukuplah Allah menjadi Penolong kami dan Allah adalah sebaik-baik Pelindung. Maka mereka kembali dengan nikmat dan karunia (yang besar dari) Allah, mereka tidak mendapat bencana apa-apa, mereka mengikuti keridhaan Allah. Dan, Allah mempunyai karunia yang besar.

(QS. Ali 'Imrân: 173-174)

Manusia tidak akan pernah mampu melawan setiap bencana, menaklukkan setiap derita, dan mencegah setiap malapetaka dengan kekuatannya sendiri. Sebab, manusia adalah makhluk yang sangat lemah. Mereka akan mampu menghadapi semua itu dengan baik hanya bila bertawakal kepada *Rabb*-nya, percaya sepenuhnya kepada Pelindungnya, dan menyerahkan semua perkara kepada-Nya. Karena, jika tidak demikian, jalan keluar mana lagi yang akan ditempuh manusia yang lemah tak berdaya ini saat menghadapi ujian dan cobaan?

Dan, hanya kepada Allahlah hendaknya kamu bertawakal jika kamu benar-benar beriman. **(QS. Al-Mâ`idah: 23)**

Wahai orang yang ingin menyadarkan dirinya, bertawakallah kepada Yang Maha Kuat dan Maha Kaya yang kekuatan amat besar ada pada-Nya. Itu bila Anda mau keluar dari kesusahan dan selamat dari bencana. Jadikanlah *"hasbunallâh wa ni'mal wakîl"* syiar dan semboyan yang selalu

menyelimuti langkah hidup Anda. Jika harta Anda sedikit, hutang Anda banyak, sumber penghidupan Anda kering, dan mata pencaharian Anda terhenti, mengadulah kepada *Rabb*-mu seraya mengucapkan, *"Hasbunallâh wa ni'mal wakîl."*

Jika Anda takut kepada seorang musuh, cemas terhadap perlakuan orang zalim, atau khawatir dengan suatu bencana, maka ucapkanlah dengan tulus kalimat ini: *"Hasbunallâh wa ni'mal wakîl."*

Dan, cukuplah Rabb-mu menjadi Pemberi Petunjuk dan Penolong.

(QS. Al-Furqân: 31)

"Katakanlah: 'Berjalanlah di muka bumi!'"

Di antara perkara yang dapat melapangkan dada dan melenyapkan awan kesedihan dan kesusahan adalah berjalan menjelajah negeri dan membaca "buku penciptaan" yang terbuka lebar ini untuk menyaksikan bagaimana pena-pena kekuasaan menuliskan tanda-tanda keindahan di atas lembaran-lembaran kehidupan. Betapa tidak, karena Anda akan banyak menyaksikan taman, kebun, sawah dan bukit –bukit hijau yang indah mempesona.

Keluarlah dari rumah, lalu perhatikan apa yang ada di sekitar Anda, di depan mata Anda, dan di belakang Anda! Dakilah gunung-gunung, jamahlah tanah di lembah-lembah, panjatlah batang-batang pepohonan, reguklah air yang jernih, dan ciumkan hidungmu atas bunga mawar! Pada saat-saat yang demikian itu, Anda akan menemukan jiwa Anda benar-benar merdeka dan bebas seperti burung yang berkicau melafalkan tasbih di angkasa kebahagiaan. Keluarlah dari rumah Anda, tutup kedua mata Anda dengan kain hitam, kemudian berjalanlah di bumi Allah yang sangat luas ini dengan senantiasa berdzikir dan bertasbih.

Mengurung diri dalam kamar yang sunyi bersama kekosongan yang membahayakan merupakan cara ampuh untuk bunuh diri. Kamar Anda bukanlah alam semesta. Dan Anda bukan manusia satu-satunya di alam ini. Karena itu, mengapa Anda harus menyerahkan diri kepada "pembisik-pembisik" kesusahan dan kesedihan? Tidakkah Anda sebaiknya menyatukan pandangan, pendengaran dan hati untuk menyeru kepada diri Anda sendiri,

Berangkatlah kamu baik dalam keadaan merasa ringan ataupun berat.

(QS. At-Taubah: 41)

Marilah sekali-kali kita membaca al-Qur'an di tepi-tepi sungai, di pinggiran hutan yang rimbun, di antara burung-burung yang sedang berkicau membaca untaian puisi cinta, atau di depan gemericik aliran air sungai yang sedang mengisahkan perjalanannya dari hulu ke hilir.

Menjelajahi pelosok-pelosok negeri merupakan kegiatan yang sangat menyenangkan. Bahkan, para dokter sudah banyak merekomendasikan kepada mereka yang sedang stres menghadapi suatu persoalan dan tertekan oleh beratnya beban hidup, agar melepaskan semua itu dengan berjalan ke tempat-tempat indah yang tak pernah ia kunjungi. Karena itu, marilah sesekali kita berjalan menjelajah pelosok negeri untuk mencari ketenangan, bergembira, berpikir, dan sekaligus menghayati ciptaan Allah yang sangat luas ini.

> *Dan, mereka memikirkan tentang penciptaan langit dan bumi (seraya berkata): "Ya Rabb kami tiadalah Engkau menciptakan ini dengan sia-sia, Maha Suci Engkau."* **(QS. Ali 'Imrân: 191)**

Sabar Itu Indah ...

Bersabar diri merupakan ciri orang-orang yang menghadapi pelbagai kesulitan dengan lapang dada, kemauan yang keras, serta ketabahan yang besar. Karena itu, jika kita tidak bersabar, maka apa yang bisa kita lakukan?

Apakah Anda memiliki solusi lain selain bersabar? Dan apakah Anda mengetahui senjata lain yang dapat kita gunakan selain kesabaran?

Konon, seorang pembesar negeri ini memiliki 'ladang gembalaan' dan 'lapangan' yang selalu ditimpa musibah; setiap kali selesai dari satu kesulitan, kesulitan yang lain selalu datang mengunjunginya. Meski demikian, ternyata ia tetap berlindung di balik perisai kesabaran dan mengenakan tameng keyakinan kepada Allah.

Demikian itulah orang-orang mulia dan terhormat bertarung melawan setiap kesulitan dan menjatuhkan semua bencana itu terkapar di atas tanah.

Syahdan, ketika menjenguk Abu Bakar yang sedang terbaring sakit, para sahabat berkata kepadanya, "Bolehkah kami panggilkan seorang tabib untuk mengobatimu?"

"Seorang tabib telah memeriksaku!," jawab Abu Bakar.

Para sahabat pun bertanya, "Lalu apa yang ia katakan?"

Ia berkata, *"Sesungguhnya aku boleh melakukan apa saja yang aku mau."*

Bersabarlah karena Allah! Dan sebaiknya Anda bersabar sebagaimana kesabaran orang yang yakin akan datangnya kemudahan, mengetahui tempat kembali yang baik, mengharap pahala, dan senang mengingkari kejahatan. Seberapa pun besar permasalahan yang Anda hadapi, tetaplah bersabar. Karena kemenangan itu sesungguhnya akan datang bersama dengan kesabaran. Jalan keluar datang bersama kesulitan. Dan, dalam setiap kesulitan itu ada kemudahan.

Saya pernah membaca biografi sejumlah orang terkenal, dan saya tertegun dengan besarnya kesabaran dan agungnya ketabahan mereka. Deraan musibah itu mereka anggap sebagai tetesan air dingin yang memercik di kepala mereka. Mereka tak tergoyahkan laksana gunung, dan menancap jauh ke dalam kebenaran. Dalam waktu singkat mereka dapat melupakan semua kesedihan itu dan wajah mereka kembali berbinar menyorotkan cahaya kemenangan. Bahkan, ada satu di antara mereka yang tidak hanya cukup bersabar, namun justru menghadang semua bencana itu dan berteriak lantang di hadapan musibah-musibah itu sambil menyatakan tantangannya.

Jangan Meletakkan Bola Dunia di Atas Kepala!

Beberapa orang merasa bahwa diri mereka terlibat dalam perang dunia, padahal mereka sedang berada di atas tempat tidur. Tatkala perang itu usai, yang mereka peroleh adalah luka di pencernaan mereka, tekanan darah tinggi dan penyakit gula. Mereka selalu merasa terlibat dengan semua peristiwa. Mereka marah dengan naiknya harga-harga, gusar karena hujan tak segera turun, dan kalang kabut tak karuan karena turunnya nilai mata uang. Mereka selalu berada dalam kegelisahan dan kesedihan yang tak berkesudahan.

Mereka mengira bahwa tiap-tiap teriakan yang keras ditujukan kepada mereka. **(QS. Al-Munâfiqûn: 4)**

Nasehat saya untuk Anda: jangan meletakkan bola dunia di atas kepala. Biarkan semua peristiwa itu terjadi, dan jangan disimpan di dalam usus. Orang yang memiliki hati seperti bunga karang akan menyerap semua isu dan kasak-kusuk, termakan oleh masalah-masalah kecil, dan

mudah terguncang karena peristiwa-peristiwa yang terjadi. Hati seperti ini sangat potensial menjadi awal kehancuran.

Mereka yang berpegang pada prinsip yang benar akan senantiasa bertambah keimanannya dengan nasehat-nasehat dan *'ibrah*. Sedangkan mereka yang berpegang pada prinsip yang lemah akan semakin takut terhadap keguncangan. Di hadapan segala bencana dan musibah, hal yang paling berguna adalah hati yang berani. Seorang pemberani memiliki sikap yang teguh dan emosi yang terkendali, keyakinan yang menancap tajam, syaraf yang dingin dan hati yang lapang. Sedangkan seorang pengecut justru akan membunuh dirinya sendiri berulang kali, setiap hari, dengan pedang khayalan, ramalan, kabar yang tak jelas, dan kasak-kusuk. Jika Anda menginginkan sebuah kehidupan yang berlandasan kuat, maka hadapilah semua permasalahan dengan keberanian dan ketabahan. Jangan terlalu mudah digoyang oleh mereka yang tidak memiliki keyakinan. Jangan merasa terjepit oleh semua tipu daya mereka. Jadilah orang yang lebih kuat dari peristiwa itu sendiri, lebih kencang dari angin puyuh, dan lebih kuat dari angin topan. Sungguh kasihan mereka yang memiliki hati yang lemah, betapa hari-hari selalu mengguncang dirinya.

> *Dan, sungguh kamu akan mendapati mereka, manusia yang paling loba kepada kehidupan (di dunia).* **(QS. Al-Baqarah: 96)**

Sedangkan orang-orang yang memiliki hati yang kuat akan senantiasa mendapatkan pertolongan dari Allah dan senantiasa yakin dengan janji-Nya.

> *Lalu, menurunkan ketenangan atas mereka.* **(QS. Al-Fat<u>h</u>: 18)**

Jangan Sampai Hal-hal yang Sepele Membinasakan Anda!

Banyak orang bersedih hanya karena hal-hal sepele yang tak berarti. Perhatikanlah orang-orang munafik; betapa rendahnya semangat dan tekad mereka. Berikut ini adalah perkataan-perkataan mereka:

> *Janganlah kamu sekalian berangkat (pergi berperang) di dalam panas terik ini.* **(QS. At-Taubah: 81)**

> *Berilah kami izin (tidak pergi berperang) dan janganlah menjadikan saya terjerumus ke dalam fitnah.* **(QS. At-Taubah: 49)**

Sesungguhnya rumah-rumah kami terbuka (tidak ada penjaga).

(QS. Al-Ahzâb: 13)

Kami takut akan mendapat bencana. **(QS. Al-Mâ` idah: 52)**

Allah dan Rasul-Nya tidak menjanjikan kepada kami melainkan tipu daya. **(QS. Al-Ahzâb: 12)**

Sungguh, betapa sempitnya hidung-hidung mereka, betapa sengsaranya jiwa-jiwa mereka. Hidup mereka hanya pada sebatas soal perut, piring, rumah dan istana. Mereka tidak pernah mau menengadahkan pandangan mereka ke angkasa kehidupan yang ideal. Mereka juga tak pernah menatap bintang-bintang keutamaan hidup. Kecemasan dan pengetahuan mereka hanya pada soal kendaraan, pakaian, sandal dan makanan. Coba perhatikan, betapa banyaknya manusia yang hidupnya dari pagi hingga sore hanya disibukkan oleh kecemasan dan kegelisahan mereka agar tidak dibenci isteri, anak atau kerabat dekatnya, atau agar tidak mendapat celaan, atau mengalami keadaan yang menyedihkan. Ini semua, pada dasarnya justru merupakan musibah besar bagi manusia-manusia seperti itu. Betapa mereka sama sekali tidak memiliki tujuan-tujuan yang lebih mulia yang seharusnya menyibukkan mereka, dan juga kepentingan-kepentingan agung yang seharusnya menyita seluruh waktu mereka.

Padahal, pepatah mengatakan: "Jika air telah keluar dari bejana, hawa kosong akan datang memenuhinya." Maka dari itu, bila Anda juga merasa seperti orang-orang tadi, renungkanlah kembali hal-hal yang selama ini telah menyita perhatian dan hidup Anda, atau bahkan membuat Anda resah setiap saat. Benarkah semuanya itu pantas memperoleh perhatian dan porsi yang sedemikian besar dalam hidup Anda? Mengapa Anda harus rela mengorbankan pikiran, daging, darah, ketentraman dan juga waktu hanya untuk persoalan-persoalan sepele tadi?

Ibarat orang berjual beli, apa yang Anda lakukan itu sebenarnya suatu keculasan dan kerugian besar yang dibayar murah. Para ahli jiwa sering mengatakan, "*Buatlah batasan yang rasional (wajar) untuk setiap hal*!" Dan lebih tepat dari kalimat ini adalah firman Allah,

Allah telah mengadakan ketentuan bagi tiap-tiap sesuatu.

(QS. Ath-Thalâq: 3)

Yakni, letakkanlah setiap persoalan sesuai dengan ukuran, bobot dan kadarnya. Janganlah sekali-kali Anda melakukan kezaliman dan melampaui batas.

Ibaratnya, bila tujuan utama orang-orang yang berbakti kepada Allah (ketika berada dibawah sebuah pohon) adalah untuk berjual beli, maka mereka akan mendapatkan ridha Allah. Namun, bila salah seorang dari mereka hanya disibukkan dengan urusan untanya saja, hingga ia tak sempat ikut berjual beli, maka yang akan ia peroleh adalah hanya kebinasaan dan kegagalan.

Abaikanlah hal-hal sepele yang tak penting. Jangan sampai Anda hanya disibukkan olehnya dan waktu Anda habis karenanya. Dengan begitu, niscaya kegundahan dan kecemasan akan selalu menjauhi Anda. Dan Anda pun selalu riang ceria.

Terimalah Setiap Pemberian Allah dengan Rela Hati, Niscaya Anda Menjadi Manusia Paling Kaya

Sebelumnya, hal ini telah banyak dijelaskan; yakni beberapa makna dan faedah dari kerelaan hati seseorang dalam menerima setiap pemberian atau ketentuan Allah. Namun, kali ini saya akan membahasnya secara lebih panjang lebar untuk mendapatkan pemahaman yang lebih baik. Singkatnya, makna sikap ini adalah bahwa Anda harus rela hati dan puas dengan setiap pemberian Allah; baik itu yang berupa raga, harta, anak, tempat tinggal ataupun bakat kemampuan. Dan, makna inilah yang tersirat dari ayat al-Qur'an berikut,

> *Sebab itu, berpegang teguhlah kepada apa yang Aku berikan kepadamu dan hendaklah kamu termasuk orang-orang yang bersyukur.*
>
> **(QS. Al-A'râf: 144)**

Sebagian besar ulama *salafus salih* dan generasi awal umat ini adalah orang-orang yang secara materi termasuk fakir miskin. Mereka tidak memiliki harta yang berlimpah, rumah yang megah, kendaraan yang bagus, dan juga pengawal pribadi. Meski demikian, mereka ternyata mampu membuat kehidupan ini justru lebih bermakna serta membuat diri mereka dan masyarakatnya lebih bahagia. Yang demikian itu, adalah karena mereka senantiasa memanfaatkan setiap pemberian Allah di jalan yang benar. Dan karena itu pula, umur, waktu, dan kemampuan atau ketrampilan mereka menjadi penuh berkah. Kebalikan dari kelompok manusia yang diberkahi ini adalah mereka yang dikaruniai Allah dengan kekayaan yang meruah, anak yang banyak, dan nikmat yang berlimpah. Tetapi semua itu

justru menyebabkan diri mereka senantiasa merasa penuh penderitaan, kecemasan dan kegelisahan. Adapun penyebabnya, tak lain adalah karena mereka telah menyimpang dari fitrah dan tuntunan hidup yang benar. Ini menjadi bukti nyata bahwa segala sesuatu (kekayaan, anak, pangkat, jabatan, kehormatan dan lain sebagainya) adalah bukan segala-galanya.

Lihatlah, betapa banyak sarjana atau doktor yang tidak dapat memberi kontribusi, pemikiran dan pengaruh yang cukup bagi masyarakatnya. Namun sebaliknya; tak sedikit manusia yang dengan ilmu dan kemampuannya yang sangat terbatas justru mampu membangun sungai yang senantiasa mengalirkan manfaat, kebaikan, dan kemakmuran bagi sesama manusia.

Jika Anda ingin bahagia, maka terimalah dengan rela hati bentuk perawakan tubuh yang diciptakan Allah untuk Anda, apapun kondisi keluarga Anda, bagaimanapun suara Anda, seperti apapun kemampuan daya tangkap dan pemahaman Anda, serta seberapapun penghasilan Anda. Bahkan, kalau ingin meneladani para guru sufi yang *zuhud,* maka sesungguhnya mereka telah melakukan sesuatu yang lebih dari sekadar apa yang disebutkan itu. Mereka selalu berkata, "Seyogyanya Anda senantiasa tetap senang hati menerima sesedikit apapun yang Anda miliki dan rela dengan segala sesuatu yang tidak Anda miliki."

Berikut ini adalah beberapa tokoh terkenal yang kehidupan duniawi mereka kurang beruntung.

1. 'Atha` ibn Rabah, orang yang paling alim pada zamannya adalah seorang mantan budak berkulit hitam, berhidung pesek, lumpuh tangannya, dan berambut keriting.
2. Ahnaf ibn Qais, orang Arab yang dikenal paling sabar dan penyantun ini sangat kurus tubuhnya, bongkok punggungnya, melengkung betisnya dan lemah postur tubuhnya.
3. al-A'masy, ahli hadits kenamaan di dunia ini adalah sosok manusia yang sayu sorot matanya dan seorang mantan budak yang fakir, compang-camping baju yang dikenakannya, dan tidak menarik penampilan diri dan rumahnya.

Bahkan, semua nabi dan rasul Allah adalah pernah menjadi penggembala kambing. Dan, meskipun mereka termasuk manusia-manusia pilihan Allah dan sebaik-baik manusia, pekerjaan mereka pun tak jauh beda dengan manusia pada umumnya. Nabi Daud adalah seorang tukang

besi, Nabi Zakaria seorang tukang kayu, dan Nabi Idris seorang tukang jahit. Kita tahu bahwa mereka adalah orang-orang pilihan.

Ini mengisyaratkan bahwa harga diri Anda ditentukan oleh kemampuan, amal salih, kemanfaatan, dan akhlak Anda. Karena itu, janganlah Anda bersedih dengan wajah yang kurang cantik, harta yang tak banyak, anak yang sedikit, dan rumah yang tak megah! Singkatnya, terimalah setiap pembagian Allah dengan penuh kerelaan hati.

> *Kami telah menentukan antara mereka penghidupan mereka dalam kehidupan dunia.* **(QS. Az-Zukhruf: 32)**

Selalu Ingatlah Pada Surga yang Seluas Langit dan Bumi!

Jika selama di dunia ini Anda menderita kelaparan, jatuh miskin, senantiasa dilanda kesedihan, menderita penyakit yang tak kunjung sembuh, selalu mengalami kerugian, atau diperlakukan secara zalim, maka ingatkan diri Anda pada kenikmatan surga yang lebih kekal abadi. Apabila Anda benar-benar meyakini "jalan" ini dan mengamalkannya dengan benar, niscaya Anda akan mampu merubah setiap kerugian menjadi keuntungan dan setiap bencana menjadi nikmat. Orang yang paling berakal adalah yang senantiasa melakukan sesuatu untuk akhirat dengan keyakinan bahwa akhirat itu lebih baik dan kekal abadi. Sebaliknya, manusia yang paling bodoh di dunia adalah mereka yang memandang dunia ini sebagai segalanya: tempat dan tujuan akhir dari semua harapan.

Karena itu, tidak mengherankan bila Anda melihat mereka adalah orang-orang yang paling gelisah ketika menghadapi suatu musibah dan paling mudah larut dalam penyesalan saat malapetaka merenggut semua milik mereka. Itu semua, tak lain dikarenakan mereka hanya memandang, memikirkan, mementingkan dan hanya berbuat segala sesuatu yang berkaitan dengan urusan kehidupan dunia yang sangat singkat, fana, dan tidak bernilai ini. Bahkan, seolah-olah mereka tak rela sedikitpun keceriaan dan kegembiraan mereka di dunia ini terkotori dan terusik oleh hal apapun. Padahal, seandainya mereka melepas tabir kesedihan yang menutupi hati mereka dan membuka katup kebodohan yang menempel di mata mereka itu, niscaya mereka akan berbicara kepada jiwa mereka tentang masih adanya tempat tinggal yang kekal abadi (akhirat), pelbagai kenikmatan di dalamnya, dan juga tentang istana-istananya yang megah. Lebih dari itu, mereka juga akan senantiasa terdiam khidmat mendengarkan penjelasan-penjelasan

wahyu Ilahi tentang alam lain yang lebih kekal abadi. Dan sesungguhnya —demi Allah— alam itulah yang sebenar-benarnya tempat kembali (rumah) yang layak untuk diperhatikan dan diraih dengan usaha yang keras.

Pernahkah kita merenungkan secara mendalam bahwa sesungguhnya para penghuni surga itu tak akan pernah sakit, tak mungkin bersedih hati, tak bakal mati, tak pernah menjadi tua, dan pakaian mereka tak akan lusuh sedikitpun? Pernahkah kita menghayati wahyu Ilahi yang menyatakan bahwasanya para penghuni surga itu akan menempati istana-istana yang bagian luarnya terlihat dari dalam dan bagian dalamnya terlihat dari luar? Pernahkah kita mengingatkan diri kita dengan kebenaran berita Ilahi yang mengatakan bahwa di surga terdapat semua hal yang tidak pernah dilihat oleh mata, terdengar oleh telinga, dan terbetik di dalam hati manusia? Cobalah Anda renungkan kabar Ilahi yang menyatakan bahwa sebatang pohon di surga tak akan selesai dikelilingi oleh seorang pengendara kendaraan selama seratus tahun lebih! Ingatkan pula diri Anda bahwa panjang sebuah kemah yang didirikan di surga dapat mencapai tujuh puluh mil lebih, sungai-sungainya mengalir dengan deras, istana-istananya sangat indah nan megah, buah-buahannya menggelayut rendah hingga mudah dipetik, mata airnya mengalir deras, tahta-tahtanya demikian tinggi, gelas-gelasnya tertata rapi, bantal-bantal sandarannya tersusun rapi, dan permadani-permadaninya terhampar luas!

Demikianlah, Anda seyogyanya selalu mengingatkan diri sendiri bahwa di surga itu terdapat kesenangan yang sempurna, kegembiraan yang agung, dan semerbak wangi yang membuai hidung. Dan penjabaran tentang semua keistimewaan surga itu tak akan habis dalam waktu sesingkat ini. Pasalnya, di dalam surga terdapat pelbagai keinginan yang pasti dikabulkan. Maka dari itu, mengapa kita sering lupa memikirkan semua itu dan berbuat segala sesuatu untuk meraihnya? Renungkanlah!

Apabila tujuan akhir dari perjalanan seorang manusia adalah "rumah" yang kekal abadi ini, niscaya setiap bencana akan terasa ringan, pelbagai beban kehidupan akan membuat mata tetap berbinar, dan semua kesengsaraan hidup tetap dapat dijalani dengan riang hati.

Maka dari itu, wahai orang-orang yang merasa sedang dilindas kemiskinan, diliputi kesusahan, dan dililit berbagai macam kesulitan, teruslah berbuat kesalihan! Dengan begitu, niscaya kalian akan tinggal di surga Allah, berdekatan dengan-Nya dan senantiasa mensucikan nama-nama-Nya. Demikianlah, maka,

Salamun 'alaikum bima shabartum. Maka alangkah baiknya tempat kesudahan itu.
(QS. Ar-Ra'd: 24)

"Demikianlah, Telah Kami Jadikan Kamu Umat Yang Adil dan Pilihan."

Keadilan merupakan tuntutan akal dan juga syariat. Keadilan adalah tidak berlebih-lebihan, tidak melampui batas, tidak memboros-boroskan, dan tidak menghambur-hamburkan. Maka, barangsiapa menginginkan kebahagiaan, ia harus senantiasa mengendalikan setiap perasaan dan keinginannya. Dan ia harus pula mampu bersikap adil dalam kerelaan dan kemurkaannya, dan juga adil dalam kegembiraan dan kesedihannya. Betapapun, tindakan berlebihan dan melampui batas dalam menyikapi segala peristiwa merupakan wujud kezaliman kita terhadap diri kita sendiri.

Duhai, betapa bagusnya keadilan itu! Betapa tidak, syariah senantiasa ditetapkan dengan prinsip keadilan. Demikian pula dengan kehidupan ini: ia pun berjalan sesuai dengan konsep keadilan pula. Manusia yang paling sengsara adalah dia yang menjalani kehidupan ini dengan hanya mengikuti hawa nafsu dan menuruti setiap dorongan emosi serta keinginan hatinya. Pada kondisi yang demikian itu, manusia akan merasa setiap peristiwa menjadi sedemikian berat dan sangat membebani, seluruh sudut kehidupan ini menjadi semakin gelap gulita, dan kebencian, kedengkian serta dendam kesumat pun mudah bergolak di dalam hatinya.

Dan akibatnya, semua itu membuat seseorang hidup dalam dunia khayalan dan ilusi. Ia akan memandang setiap hal di dunia ini musuhnya, ia menjadi mudah curiga dan merasa setiap orang di sekelilingnya sedang berusaha menyingkirkan dirinya, dan ia akan selalu dibayangi rasa was-was dan kekhawatiran bahwa dunia ini setiap saat akan merenggut kebahagiannya. Demikianlah, maka orang seperti itu senantiasa hidup di bawah naungan awan hitam kecemasan, kegelisahan dan kegundahan.

Menyebarkan desas-desus yang dapat menggelisahkan orang lain sangat dilarang oleh syariat dan termasuk tindakan murahan. Dan itu, hanya akan dilakukan oleh orang-orang yang miskin nilai-nilai moral dan jauh dari ajaran-ajaran ketuhanan. Begitulah, maka

Mereka mengira bahwa tiap-tiap teriakan yang keras itu ditujukan kepada mereka. Mereka itulah musuh (yang sebenarnya).
(QS. Al-Munâfiqûn: 4)

Dudukkanlah hati Anda pada kursinya, niscaya kebanyakan hal yang dikhawatirkannya tak akan pernah terjadi. Dan sebelum sesuatu yang Anda cemaskan itu benar-benar terjadi, perkirakan saja apa yang paling buruk darinya. Kemudian, persiapkan diri Anda untuk menghadapinya dengan tenang. Dengan begitu, Anda akan dapat menghindari semua bayangan-bayangan menakutkan yang acapkali sudah mencabik-cabik hati sebelum benar-benar terjadi.

Wahai orang yang berakal dan sadar, tempatkan segala sesuatu itu sesuai dengan ukurannya. Jangan membesar-besarkan peristiwa dan masalah yang ada. Bersikaplah secara adil, seimbang dan jangan berlebihan. Jangan pula larut dalam bayang-bayang semu dan fatamorgana yang menipu!

Camkanlah makna keseimbangan antara kecintaan dan kebencian yang diajarkan dalam hadits Rasulullah berikut: *"Cintailah orang yang Anda cintai sesuai dengan kadarnya, sebab bisa saja suatu hari nanti dia menjadi musuhmu. Dan, bencilah musuhmu sesuai dengan kadarnya, sebab bisa saja suatu hari nanti dia menjadi orang yang Anda cintai."*

Renungkan pula firman Allah berikut,

Mudah-mudah Allah menimbulkan kasih sayang antaramu dengan orang-orang yang kamu musuhi di antara mereka. Dan, Allah Maha Kuasa lagi Maha Penyayang. **(QS. Al-Mumtahanah: 7)**

Dan ingat, sesungguhnya kebanyakan kekhawatiran dan desas-desus itu sedikit kebenarannya dan jarang pula yang benar-benar terjadi.

Bersedih: Tak Diajarkan Syariat dan Tak Bermanfaat

Bersedih itu sangat dilarang. Ini ditegaskan dalam firman Allah yang berbunyi,

Dan, janganlah kamu bersikap lemah dan jangan (pula) bersedih hati.
(QS. Ali 'Imrân: 139)

"Janganlah bersedih atas mereka" (kalimat ini disebut berulangkali dalam beberapa ayat al-Quran) dan,

Janganlah kamu bersedih sesungguhnya Allah selalu bersama kita.
(QS. At-Taubah: 40)

Adapun firman Allah yang menunjukkan bahwa kesedihan (bersedih) itu tak bermanfaat apapun adalah,

Niscaya tidak ada kekhawatiran atas mereka, dan tidak (pula) mereka bersedih hati. **(QS. Al-Baqarah: 38)**

Bersedih itu hanya akan memadamkan kobaran api semangat, meredakan tekad, dan membekukan jiwa. Dan kesedihan itu ibarat penyakit demam yang membuat tubuh menjadi lemas tak berdaya. Mengapa demikian?

Tak lain, karena kesedihan hanya memiliki daya yang menghentikan dan bukan menggerakkan. Dan itu artinya sama sekali tidak bermanfaat bagi hati. Bahkan, kesedihan merupakan satu hal yang paling disenangi setan. Maka dari itu, setan selalu berupaya agar seorang hamba bersedih untuk menghentikan setiap langkah dan niat baiknya. Ini telah diperingatkan Allah dalam firman-Nya,

Sesungguhnya pembicaraan rahasia itu adalah dari setan supaya orang-orang mukmin berduka cita. **(QS. Al-Mujâdilah: 10)**

Syahdan, Rasulullah s.a.w. melarang tiga orang yang sedang berada dalam satu majelis demikian, "*(Janganlah dua orang di antaranya) saling melakukan pembicaraan rahasia tanpa disertai yang ketiga, sebab yang demikian itu akan membuatnya (yang ketiga) berduka cita.*" Dan bagi seorang mukmin, kesedihan itu tidak pernah diajarkan dianjurkan. Soalnya, kesedihan merupakan penyakit yang berbahaya bagi jiwa. Karena itu pula, setiap muslim diperintahkan untuk mengusirnya jauh-jauh dan dilarang tunduk kepadanya. Islam juga mengajarkan kepada setiap muslim agar senantiasa melawan dan menundukkannya dengan segala pelaratan yang telah disyariatkan Allah s.w.t.

Bersedih itu tidak diajarkan dan tidak bermanfaat. Maka dari itu, Rasulullah s.a.w. senantiasa memohon perlindungan dari Allah agar dijauhkan dari kesedihan. Beliau selalu berdoa seperti ini,

اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْهَمِّ وَالْحُزْنِ

"Ya Allah, aku berlindung kepada-Mu dari rasa sedih dan duka cita."

Kesedihan adalah teman akrab kecemasan. Adapun perbedaan antara keduanya adalah manakala suatu hal yang tidak disukai hati itu berkaitan dengan hal-hal yang belum terjadi, ia akan membuahkan kecemasan.

Sedangkan bila berkaitan dengan persoalan masa lalu, maka ia akan membuahkan kesedihan. Dan persamaannya, keduanya sama-sama dapat melemahkan semangat dan kehendak hati untuk berbuat suatu kebaikan.

Kesedihan dapat membuat hidup menjadi keruh. Ia ibarat racun berbisa bagi jiwa yang dapat menyebabkannya lemah semangat, krisis gairah, dan galau dalam menghadapi hidup ini. Dan itu, akan berujung pada ketidakacuhan diri pada kebaikan, ketidakpedulian pada kebajikan, kehilangan semangat untuk meraih kebahagian, dan kemudian akan berakhir pada pesimisme dan kebinasaan diri yang tiada tara.

Meski demikian, pada tahap tertentu kesedihan memang tidak dapat dihindari dan seseorang terpaksa harus bersedih karena suatu kenyataan. Berkenaan dengan ini, disebutkan bahwa para ahli surga ketika memasuki surga akan berkata,

Segala puji bagi Allah yang telah menghilangkan duka cita dari kami. **(QS. Fâthir: 34)**

Ini menandakan bahwa ketika di dunia mereka pernah bersedih sebagaimana mereka tentu saja pernah ditimpa musibah yang terjadi di luar ikhtiar mereka. Hanya, ketika kesedihan itu harus terjadi dan jiwa tidak lagi memiliki cara untuk menghindarinya, maka kesedihan itu justru akan mendatangkan pahala. Itu terjadi, karena kesedihan yang demikian merupakan bagian dari musibah atau cobaan. Maka dari itu, ketika seorang hamba ditimpa kesedihan hendaknya ia senantiasa melawannya dengan doa-doa dan sarana-sarana lain yang memungkinkan untuk mengusirnya.

Dan, tiada (pula dosa) atas orang-orang yang apabila mereka datang kepadamu, supaya kamu memberi mereka kendaraaan, lalu kamu berkata: "Aku tidak memperoleh kendaraan untuk membawamu", lalu mereka kembali sedang mata mereka bercucuran air mata karena kesedihan, lantaran mereka tidak memperoleh apa yang akan mereka nafkahkan. **(QS. At-Taubah: 92)**

Demikianlah, mereka tidaklah dipuji dikarenakan kesedihan mereka semata. Tetapi, lebih dikarenakan kesedihan mereka itu justru mengisyaratkan kuatnya keimanan mereka. Pasalnya, kesedihan mereka berpisah dengan Rasulullah adalah dikarenakan tidak mempunyai harta yang akan dibelanjakan dan kendaraan untuk membawa mereka pergi berperang. Ini merupakan peringatan bagi orang-orang munafik yang tidak merasa bersedih dan justru gembira manakala tidak mendapatkan kesempatan untuk turut berjihad bersama Rasulullah.

Kesedihan yang terpuji — yakni yang dipuji setelah terjadi — adalah kesedihan yang disebabkan oleh ketidakmampuan menjalankan suatu ketaatan atau dikarenakan tersungkur dalam jurang kemaksiatan. Dan kesedihan seorang hamba yang disebabkan oleh kesadaran bahwa kedekatan dan ketaatan dirinya kepada Allah sangat kurang. Maka, hal itu menandakan bahwa hatinya hidup dan terbuka untuk menerima hidayah dan cahaya-Nya.

Sementara itu, makna sabda Rasululllah dalam sebuah hadis shahih yang berbunyi, "*Tidaklah seorang mukmin ditimpa sebuah kesedihan, kegundahan dan kerisauan, kecuali Allah pasti akan menghapus sebagian dosa-dosanya,*" adalah menunjuk bahwa kesedihan, kegundahan dan kerisauan itu merupakan musibah dari Allah yang apabila menimpa seorang hamba, maka hamba tersebut akan diampuni sebagian dosa-dosanya. Dengan begitu, hadits ini berarti tidak menunjukkan bahwa kesedihan, kegundahan dan kerisauan merupakan sebuah keadaan yang harus diminta dan dirasakan.

Bahkan, seorang hamba justru tidak dibenarkan meminta atau mengharap kesedihan dan mengira bahwa hal itu merupakan sebuah ibadah yang diperintahkan, diridhai atau disyariatkan Allah untuk hamba-Nya. Sebab, jika memang semua itu dibenarkan dan diperintahkan Allah, pastilah Rasulullah s.a.w. akan menjadi orang pertama yang akan mengisi seluruh waktu hidupnya dengan kesedihan-kesedihan dan akan menghabiskannya dengan kegundahan-kegundahan. Dan hal seperti itu jelas sangat tidak mungkin. Karena, sebagaimana kita ketahui, hati beliau selalu lapang dan wajahnya selalu dihiasi senyuman, hatinya selalu diliputi keridhaan, dan perjalanan hidupnya selalu dihiasi dengan kegembiraan.

Memang, dalam hadist Hindun ibn Abi Halah tentang sifat Nabi s.a.w. disebutkan bahwa, "*Sesungguhnya, dia selalu bersedih*". Namun, hadist ini ternyata kurang dapat dipercaya, sebab dalam silsilah perawinya terdapat seorang perawi yang tidak dikenal. Selain itu, muatan hadits inipun jelas sangat bertentangan dengan realitas kehidupan Rasulullah s.a.w.

Bagaimana mungkin Rasulullah dikatakan selalu dirundung kesedihan? Bukankah Allah telah melindungi beliau dari kesedihan yang berkaitan dengan urusan keduniaan dan semua unsur-unsurnya, melarangnya agar tidak bersedih atas perilaku orang-orang kafir, dan mengampuni semua dosa-dosanya yang telah berlalu maupun yang belum terjadi? Nah, dari manakah sumber kesedihan itu? Bagaimana pula kesedihan itu dapat menembus pintu hati beliau? Dan dari jalan manakah kesedihan itu dapat menyusup ke dalam lubuk hatinya? Bukankah beliau s.a.w. senantiasa

hatinya diliputi dzikir, jiwanya dialiri semangat *istiqamah,* pikirannnya selalu dibanjiri *hidayah rabbaniyah,* dan hatinya senantiasa tenteram dengan janji Allah serta rela dengan semua ketentuan dan perbuatan-Nya? Bahkan, Rasulullah adalah orang yang terkenal ramah dan murah senyum sebagaimana dilukiskan oleh salah satu gelarnya sebagai "seseorang yang murah senyum ."

Siapa saja membaca, menghayati, dan mendalami sejarah perjalanan hidup beliau dengan seksama dan menyeluruh, maka ia akan mengetahui bahwa Rasulullah s.a.w. diturunkan ke dunia ini untuk menghancurkan kebatilan, mengusir kesuntukan, kegelisahan, kesedihan dan kecemasan, serta membebaskan jiwa dari tekanan keragu-raguan, kebingungan, kegundahan dan keguncangan. Bersamaan dengan itu, beliau juga diutus untuk menyelamatkan jiwa manusia dari segala bentuk hawa nafsu yang membinasakan. Maka begitulah, betapa banyaknya karunia Allah yang telah dianugerahkan kepada manusia.

Ada sebuah hadist menyebutkan bahwa, "*Sesungguhnya Allah sangat mencintai hati yang senantiasa bersedih.*" Namun, hadist ini ternyata tidak memiliki sanad (jalur periwayatan) dan perawi yang jelas, alias kurang dapat dipercaya. Singkatnya, hadist ini jelas kurang dapat dipertanggungjawabkan keshahihannya. Selain itu, hadist ini juga tidak dapat dikategorikan shahih karena sangat bertentangan dengan ajaran agama dan tuntunan syariat. Dan kalau memang *khabar* (hadist) itu akan dianggap shahih, maka penjelasannya adalah demikian: kesedihan itu adalah salah satu musibah dari Allah yang ditimpakan kepada hamba-Nya untuk mengujinya. Artinya, jika hamba tersebut mampu menghadapinya dengan kesabaran, maka sesungguhnya Allah mencintai kesabaran orang tersebut dalam menghadapi cobaan itu.

Demikianlah, maka merupakan kesalahan besar bagi orang-orang yang memuja kesedihan, senantiasa berusaha menciptakan kesedihan, dan mencoba membenar-benarkan kesedihan mereka dengan dalih bahwa syariat telah menganjurkan dan memandangnya sebagai sesuatu yang baik. Sebab, pada kenyataannya dalil-dalil syariat melarang hal itu. Bahkan, syariat justru memerintahkan setiap manusia agar tidak bersedih dan selalu ceria.

Hadits lain menyebutkan, "*Jika Allah mencintai seorang hamba, maka Dia akan memancangkan sebuah gemuruh ratapan di dalam hatinya. Dan apabila Dia membenci seorang hamba, maka Dia akan menanamkan seruling nyanyian di dalam dadanya.*"

Memang, hadist ini bersumber dan berasal dari *Israiliyat* (mitos Bangsa Israel). Ada pula yang mengatakan bahwa hadits ini termaktub dalam Taurat. Meski demikian, perkataan ini memiliki pesan makna yang benar. Sebagaimana sering kita lihat, orang mukmin akan senantiasa bersedih atas dosa-dosa yang pernah dilakukannya, sementara orang yang durhaka akan senantiasa lalai, tidak pernah serius, dan berdendang kegirangan justru karena dosa-dosanya. Dan kalaupun ada kesedihan yang menimpa orang-orang salih, maka itu tak lebih dari sebuah penyesalan terhadap kebaikan-kebaikan yang terlewatkan, ketidakmampuan mereka mencapai derajat yang tinggi dan kesadaran bahwa mereka telah melakukan banyak kesalahan. Demikianlah, alasan yang mendasari kesedihan ini berbeda dengan alasan yang mendasari kesedihan orang-orang yang durhaka. Mereka bersedih karena tidak mendapatkan keduniaan, keindahan, dan kenikmatan duniawi. Kesedihan, kegundahan dan kegelisahan mereka adalah karena keduniaan, untuk keduniaan dan di jalan menuju keduniaan.

Dalam sebuah Firman-Nya, Allah menceritakan keadaan seorang nabi dari Bani Israel demikian,

> *Dan, kedua matanya menjadi putih karena kesedihan dan dia adalah seorang yang menahan amarahnya (kepada anak-anaknya).* **(QS. Yûsuf: 84)**

Ayat ini mengabarkan tentang kesedihan Nabi Ya'qub saat harus kehilangan anak yang menjadi kekasihnya. Ini merupakan kabar bahwa cobaan tersebut sama beratnya dengan musibah atau ujian yang dirasakan oleh seseorang saat dipisahkan dengan buah hatinya. Betapapun, ayat di atas hanya sekadar memberi kabar dan lukisan tentang beratnya cobaan seorang nabi. Dan itu bukan berarti bahwa kesedihan seperti itu diperintahkan atau dianjurkan. Bahkan justru sebaliknya, kita diperintahkan untuk ber-*isti'adzah* (memohon perlindungan) kepada Allah dari segala kesedihan. Sebab, bagaimanapun kesedihan adalah laksana awan tebal, malam pekat yang panjang, dan aral panjang yang melintang di tangah jalan ke arah kemuliaan.

Selain Abu Utsman al-Jabari, semua ahli sufi sepakat bahwa bersedih karena perkara duniawi itu tidak terpuji. Menurut Abu Ustman, kesedihan itu —apapun bentuknya— adalah sebuah keutamaan dan tambahan kebajikan bagi seorang mukmin, yakni dengan syarat bila kesedihan itu bukan dikarenakan suatu kemaksiatan. Ia juga mengatakan, "Bahwa kalau kesedihan itu tidak diwajibkan secara khusus, maka ia diwajibkan sebagai sarana mensucikan diri."

Syahdan, ada pula yang berkata, "Tidak diragukan lagi bahwa kesedihan merupakan ujian dan cobaan dari Allah sebagaimana halnya penyakit, kegundahan, dan kegalauan. Namun jika dikatakan bahwa kesedihan adalah tingkatan yang harus dilalui seorang sufi adalah tidak benar."

Atas dasar itu, sebaiknya Anda berusaha untuk senantiasa gembira dan berlapang dada. Jangan lupa memohon kepada Allah agar selalu diberi kehidupan yang baik dan diridhai, kejernihan hati, dan kelapangan pikiran. Itulah kenikmatan-kenikmatan di dunia. Betapapun, sebagian ulama mengatakan bahwa di dunia ini terdapat surga, dan barangsiapa tidak pernah memasuki surga dunia itu, maka ia tidak akan masuk surga akhirat.

Allah adalah satu-satunya Dzat yang pantas kita mohon agar melapangkan hati kita dengan cahaya iman, menunjukkan hati kepada jalan-Nya yang lurus, dan menyelamatkan kita dari kehidupan yang susah dan menyesakkan.

Rehat

Marilah kita bersama-sama memanjatkan doa yang menghangatkan dan penuh ketulusan, yakni sebuah doa untuk menghilangkan kepenatan, kesuntukan, dan kesedihan;

لاَ إِلَهَ إِلاَّ اللهُ رَبُّ الْعَظِيْمِ الْحَلِيْمِ، لاَ إِلَهَ إِلاَّ اللهُ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِيْمِ، لاَ إِلَهَ إِلاَّ اللهُ رَبُّ السَّموَاتِ وَالْأَرْضِ وَرَبُّ الْعَرْشِ الْكَرِيْمِ، يَا حَيُّ يَا قَيُّومُ لاَ إِلَهَ إِلاَّ أَنْتَ بِرَحْمَتِكَ أَسْتَغِيْثُ

"Tidak ada Ilah kecuali Allah Yang Maha Agung dan Maha Pemurah. Tidak ada Ilah selain Allah, Rabb 'Arasy yang Agung. Tidak ada Ilah selain Allah, Rabb langit dan bumi dan Rabb 'Arasy yang Mulia. Wahai Dzat Yang Maha Hidup dan Maha Berdiri Sendiri. Tidak ada Ilah selain Engkau dan dengan rahmat-Mu aku minta pertolongan."

اللَّهُمَّ رَحْمَتَكَ أَرْجُو، فَلاَ تَكِلْنِي إِلَى نَفْسِي طَرْفَةَ عَيْنٍ، وَأَصْلِحْ لِي شَأْنِي كُلَّهُ، لاَ إِلَهَ إِلاَّ أَنْتَ

"Ya Allah kuharap limpahan rahmat-Mu. Janganlah Engkau jadikan Aku bergantung pada diriku sendiri walau sekejap mata. Dan perbaikilah semua urusanku. Tiada Ilah selain Engkau."

أَسْتَغْفِرُ اللهَ الَّذِي لاَ إِلَهَ إِلاَّ هُوَ الحَيُّ الْقَيُّومُ وَأَتُوبُ إِلَيْهِ

"Aku memohon ampunan kepada Allah, tiada Ilah selain Dia Yang Maha Hidup dan Berdiri Sendiri. Aku bertaubat kepada-Nya."

لاَ إِلَهَ إِلاَّ أَنْتَ سُبْحَانَكَ إِنِّي كُنْتُ مِنَ الظَّالِمِيْنَ

"Tidak ada Ilah selain Engkau, Maha Tinggi Engkau, sesungguhnya aku termasuk orang-orang yang zalim."

اللَّهُمَّ إِنِّي عَبْدُكَ وَابْنُ عَبْدِكَ وَابْنُ أَمَتِكَ نَاصِيَتِي بِيَدِكَ مَاضٍ فِيَّ حُكْمُكَ عَدْلٌ فِيَّ قَضَاؤُكَ أَسْأَلُكَ بِكُلِّ اسْمٍ هُوَ لَكَ سَمَّيْتَ بِهِ نَفْسَكَ أَوْ أَنْزَلْتَهُ فِي كِتَابِكَ أَوْ عَلَّمْتَهُ أَحَدًا مِنْ خَلْقِكَ أَوِ اسْتَأْثَرْتَ بِهِ فِي عِلْمِ الْغَيْبِ عِنْدَكَ أَنْ تَجْعَلَ الْقُرْآنَ رَبِيعَ قَلْبِي وَنُورَ صَدْرِي وَذَهَابَ هَمِّي، وَجَلاَءَ حُزْنِي

"Ya Allah, sesungguhnya aku benar-benar hamba-Mu, anak dari hamba-Mu, anak dari mahkluk ciptaan-Mu. Ubun-ubunku ada di tangan-Mu, segala ketentuan-Mu telah berlaku bagiku, ketetapan-Mu adil atas diriku. Aku memohon dengan segala nama yang telah Engkau sebutkan untuk menyebut-Mu atau yang telah Engkau wahyukan dalam Kitab-Mu atau yang telah Engkau ajarkan pada salah seorang dari makhluk-Mu atau sengaja Engkau simpan di alam yang gaib yang ada pada-Mu. Ya Allah jadikanlah Al-Qur`an sebagai pelipur hatiku, cahaya dadaku, pengusir kesedihan dan kedukaanku."

اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوْذُ بِكَ مِنَ الْهَمِّ وَالْحُزْنِ، وَالْعَجْزِ وَالْكَسَلِ، وَالْبُخْلِ وَالْجُبْنِ، وَضَلَعِ الدَّيْنِ وَغَلَبَةِ الرِّجَالِ

"Ya Allah, aku berlindung kepada-Mu dari kesedihan dan kecemasan, dari rasa lemah dan kemalasan, dari kebakhilan dan sifat pengecut, dan beban hutang dan tekanan orang-orang (jahat)."

"Cukuplah Allah bagi kita dan Dia adalah sebagai sebaik-baik Pelindung."

Tersenyumlah!

Tertawa yang wajar itu laksana 'balsem' bagi kegalauan dan 'salep' bagi kesedihan. Pengaruhnya sangat kuat sekali untuk membuat jiwa bergembira dan hati berbahagia. Bahkan, karena itu Abu Darda' sempat berkata, "Sesungguhnya aku akan tertawa untuk membahagiakan hatiku. Dan Rasulullah s.a.w. sendiri sesekali tertawa hingga tampak gerahamnya. Begitulah tertawanya orang-orang yang berakal dan mengerti tentang penyakit jiwa serta pengobatannya."

Tertawa merupakan puncak kegembiraan, titik tertinggi keceriaan, dan ujung rasa suka cita. Namun, yang demikian itu adalah tertawa yang tidak berlebihan sebagaimana dikatakan dalam pepatah, "Janganlah engkau banyak tertawa, sebab banyak tertawa itu mematikan hati." Yakni, tertawalah sewajarnya saja sebagaimana dikatakan juga dalam pepatah yang berbunyi, *"Senyummu di depan saudaramu adalah sedekah."* Bahkan, tertawalah sebagaimana Nabi Sulaiman ketika,

> *... ia tertawa karena (mendengar) perkataan semut itu.*
>
> **(QS. An-Naml: 19),**

Janganlah tertawa sinis dan sombong sebagaimana dilakukan orang-orang kafir,

> *... tatkala dia datang kepada mereka dengan membawa mukjizat-mukjizat Kami dengan serta merta mereka menertawakannya.*
>
> **(QS. Az-Zukhruf: 47)**

Dan salah satu nikmat Allah yang diberikan kepada penghuni surga adalah tertawa.

> *Maka pada hari ini orang-orang yang beriman menertawakan orang-orang kafir.* **(QS. Al-Muthaffifîn: 34)**

Orang Arab senang memuji orang yang murah senyum dan selalu tampak ceria. Menurut mereka, perangai yang demikian itu merupakan per-

tanda kelapangan dada, kedermawanan sifat, kemurahan hati, kewibawaan perangai, dan ketanggapan pikiran.

Wajah nan berseri tanda suka memberi,

dan, tentu bersuka cita saat dipinta.

Dalam kitab *"Harim"*, Zuher bersyair,

kau melihatnya senantiasa gembira saat kau datang,

seolah engkau memberinya apa yang engkau minta padanya

Pada dasarnya, Islam sendiri dibangun atas dasar prinsip prinsip keseimbangan dan kemoderatan, baik dalam hal akidah, ibadah, akhlak maupun tingkah laku. Maka dari itu, Islam tak mengenal kemuraman yang menakutkan, dan tertawa lepas yang tak berarturan. Akan tetapi sebaliknya, Islam senantiasa mengajarkan kesungguhan yang penuh wibawa dan ringan langkah yang terarah.

Abu Tamam mengatakan,

"Demi jiwaku yang bapakku menebusnya untukku,

ia laksana pagi yang diharapkan dan bintang yang dinantikan.

Canda kadang menjadi serius,

namun hidup tanpa canda jadi kering kerontang"

Muram durja dan muka masam adalah cermin dari jiwa yang galau, pikiran yang kacau, dan kepala yang rancau balau. Dan,

Sesudah itu, dia bermuka masam dan merengut.

(QS. Al-Muddatstsir: 22)

Wajah mereka cemberut karena sombong,

seolah mereka dilempar dengan paksa ke neraka.

Tidak seperti kaum, yang bila kau jumpai bak bintang

gemintang yang jadi petunjuk bagi pejalan malam.

Sabda Rasulullah: *"Meski engkau hanya menjumpai saudaramu dengan wajah berseri."*

Dalam *Faidhul Khathir,* Ahmad Amin menjelaskan demikian: "Orang yang murah tersenyum dalam menjalani hidup ini bukan saja orang yang paling mampu membahagiakan diri sendiri, tetapi juga orang yang paling mampu berbuat, orang yang paling sanggup memikul tanggung jawab, orang yang paling tangguh menghadapi kesulitan dan memecahkan per-

soalan, serta orang yang paling dapat menciptakan hal-hal yang bermanfaat bagi dirinya sendiri dan orang lain."

Andai saja saya disuruh memilih antara harta yang banyak atau kedudukan yang tinggi dengan jiwa yang tenteram damai dan selalu tersenyum, pastilah aku memilih yang kedua. Sebab, apa artinya harta yang banyak bila wajah selalu cemberut? Apa artinya kedudukan bila jiwa selalu cemas? Apa artinya semua yang ada di dunia ini, bila perasaan selalu sedih seperti orang yang usai mengantar jenazah kekasihnya? Apa arti kecantikan seorang isteri jika selalu cemberut dan hanya membuat rumah tangga menjadi neraka saja? Tentu saja, seorang isteri yang tidak terlalu cantik akan seribu kali lebih baik jika dapat menjadikan rumah tangga senantiasa laksana surga yang menyejukkan setiap saat.

Senyuman tak akan ada harganya bila tidak terbit dari hati yang tulus dan tabiat dasar seorang manusia. Setiap bunga tersenyum, hutan tersenyum, sungai dan laut juga tersenyum. Langit, bintang-gemintang dan burung-burung, semuanya tersenyum. Dan manusia, sesuai watak dasarnya adalah makhluk yang suka tersenyum. Itu bila dalam dirinya tidak bercokol penyakit tamak, jahat, dan egoisme yang selalu membuat rona wajah tampak selalu kusut dan cemberut. Adapun bila ketiga hal itu meliputi seseorang, niscaya ia akan menjelma sebagai manusia yang selalu mengingkari keindahan alam semesta. Artinya, orang yang selalu bermuram durja dan pekat jiwanya tak akan pernah melihat keindahan dunia ini sedikitpun. Ia juga tak akan mampu melihat hakekat atau kebenaran dikarenakan kekotoran hatinya. Betapapun, setiap manusia akan melihat dunia ini melalui perbuatan, pikiran dan dorongan hidupnya. Yakni, bila amal perbuatannya baik, pikirannya bersih dan motivasi hidupnya suci, maka kacamata yang akan ia gunakan untuk melihat dunia ini pun akan bersih. Dan karena itu, ia akan melihat dunia ini tampak sangat indah mempesona. Namun, bila tidak demikian, maka kacamata yang akan ia gunakan melihat dunia ini adalah kacamata gelap yang membuat segala sesuatu di dunia ini tampak serba hitam dan pekat.

Ada jiwa-jiwa yang dapat membuat setiap hal terasa berat dan sengsara. Tapi, ada pula jiwa-jiwa yang mampu membuat setiap hal menjadi sumber kebahagiaan. Konon, ada seorang wanita yang di rumahnya selalu melihat segala sesuatu salah di matanya. Akibatnya, sepanjang hari ia merasa dalam gelap gulita; hanya karena sebuah piring pecah, makanan keasinan karena terlalu banyak garam, atau kakinya menginjak sobekan kertas di dalam kamar, ia sontak berteriak dan memaki siapa dan apa saja yang ada

di rumahnya. Hal seperti ini sangat berbahaya sebagaiamana percikan api yang setiap saat siap melahap apa saja yang ada di depannya.

Ada pula seorang laki-laki yang acapkali membuat hidupnya dan orang-orang disekelilingnya terasa berat dan sengsara hanya dikarenakan dirinya salah dalam memahami atau mengartikan maksud perkataan orang lain, perkara atau kesalahan sepele yang terjadi pada dirinya, keuntungan kecil yang tak berhasil diraihnya, atau dikarenakan oleh sebuah keuntungan yang tidak sesuai dengan harapannya. Begitulah ia memandang dunia ini; semua terasa gelap. Ironisnya, ia pun akan membuat semua itu terasa gelap pula oleh orang lain di sekitarnya. Dan orang-orang seperti ini sangat mudah mendramatisir suatu keburukan; sebuah biji kesalahan ia besar-besarkan hingga tampak sebesar kubah, dan setangkai benih kesulitan dapat terasa seperti sebatang pohon kesengsaraan. Maka dari itu, mereka pun tidak memiliki kemampuan untuk melakukan kebaikan. Mereka tidak pernah puas dan senang dengan sebanyak apapun pemberian yang pernah ia terima.

Hidup ini adalah seni bagaimana membuat sesuatu. Dan seni harus dipelajari serta ditekuni. Maka sangatlah baik bila manusia berusaha keras dan penuh kesungguhan mau belajar tentang bagaimana menghasilkan bunga-bunga, semerbak harum wewangian, dan kecintaan di dalam hidupnya. Itu lebih baik daripada ia terus menguras tenaga dan waktunya hanya untuk menimbun harta di saku atau gudangnya. Apalah arti hidup ini, bila hanya habis untuk mengumpulkan harta benda dan tak dimanfaatkan sedikitpun untuk meningkatkan kualitas kasih sayang, cinta, keindahan dalam hidup ini?

Banyak orang yang tidak mampu melihat indahnya kehidupan ini. Mereka hanya membuka matanya untuk dirham dan dinar semata. Maka, meskipun berjalan melewati sebuah taman yang rindang, bunga-bunga yang cantik mempesona, air jernih yang memancar deras, burung-burung yang berkicau riang, mereka sama sekali tidak tertarik dengan semua itu. Di mata dan pikirannya hanya ada uang —berapa yang masuk dan keluar hari itu— saja. Padahal, kalau dipikir lebih dalam, sebenarnya ia harus membuat uang itu menjadi sarana yang baik untuk membangun sebuah kehidupan yang bahagia. Tapi sayang, mereka justru membalikkan semuanya; mereka menjual kebahagiaan hidup hanya demi mendapatkan uang, dan bukan bagaimana membeli kebahagiaan hidup dengan uang. Struktur mata kita telah diciptakan sedemikian rupa dan unik agar kita dapat melihat keindahan. Namun, ternyata kita acapkali membiasakannya hanya untuk melihat uang dan uang.

Tidak ada yang membuat jiwa dan wajah menjadi demikian muram selain keputusasaan. Maka, jika Anda menginginkan senyuman, tersenyumlah terlebih dahulu dan perangilah keputusasaan. Percayalah, kesempatan itu selalu terbuka, kesuksesan selalu membuka pintunya untuk Anda dan untuk siapa saja. Karena itu, biasakan pikiran Anda agar selalu menatap harapan dan kebaikan di masa yang akan datang.

Jika Anda meyakini diri Anda diciptakan hanya untuk meraih hal-hal yang kecil, maka Anda pun hanya akan mendapatkan yang kecil-kecil saja dalam hidup ini. Tapi sebaliknya, bila Anda yakin bahwa diri Anda diciptakan untuk menggapai hal-hal yang besar, niscaya Anda akan memiliki semangat dan tekad yang besar yang akan mampu menghancurkan semua aral dan hambatan. Dengan semangat itu pula Anda akan dapat menembus setiap tembok penghalang dan memasuki lapangan kehidupan yang sangat luas untuk suatu tujuan yang mulia. Ini dapat kita saksikan dalam banyak kenyataan hidup. Barangsiapa ikut lomba lari seratus meter misalnya, ia akan merasa capek tatkala telah menyelesaikannya. Lain halnya dengan seorang peserta lomba lari empat ratus meter, ia belum merasa capek tatkala sudah menempuh jarak seratus atau dua ratus meter. Begitulah adanya, jiwa hanya akan memberikan kadar semangat sesuai dengan kadar atau tingkatan sesuatu yang akan dicapai seseorang. Maka, pikirkan setiap tujuan Anda. Dan jangan lupa, hendaklah tujuan Anda itu selalu yang tinggi dan sulit dicapai. Jangan pernah putus asa selama masih dapat mengayunkan kaki untuk menempuh langkah baru setiap harinya. Sebab, rasa putus asa, patah semangat, selalu berpandangan negatif terhadap segala sesuatu, suka mencari-cari aib dan kesalahan orang lain, dan besar mulut hanya akan menghambat langkah, menciptakan kemuraman, dan menempatkan jiwa di dalam sebuah penjara yang pengap.

Penerimaan seseorang terhadap suatu hal tidaklah sama dengan penerimaanya terhadap seorang pendidik yang telah berjasa mengembangkan dan mengarahkan bakat alamiahnya, meluaskan cakrawala pemikirannya, menanamkan kebiasaan ramah dan murah hati dalam dirinya, mengajarkan kepadanya bahwa sebaik-baik tujuan hidup adalah berusaha menjadi sumber kebaikan bagi masyarakatnya sesuai dengan kemampuannya, mengarahkannya agar senantiasa menjadi matahari yang memancarkan cahaya, kasih sayang dan kebaikan, dan yang telah menuntunnya agar memiliki hati yang penuh dengan empati, kasih sayang, rasa perikemanusiaan, serta merasa senang berbuat baik kepada siapa saja yang berhubungan dengannya.

Setiap kali melihat kesulitan, jiwa seseorang yang murah senyum justru akan menikmati kesulitan itu dengan memacu diri untuk mengalahkannya. Begitu ia memperlakukan suatu kesulitan; melihatnya lalu tersenyum, menyiasatinya lalu tersenyum, dan berusaha mengalahkannya lalu tersenyum. Berbeda dengan jiwa manusia yang selalu risau. Setiap kali menjumpai kesulitan, ia ingin segera meninggalkannya dan melihatnya sebagai sesuatu yang amat sangat besar dan memberatkan dirinya. Dan itulah yang acapkali menyebabkan semangat seseorang menurun dan asanya berkurang. Bahkan, tak jarang orang seperti ini berdalih dengan kata-kata "Seandainya ...," "Kalau saja ...," dan "Seharusnya ...." Orang seperti ini sangatlah nista. Bukan zaman yang mengutuknya, tapi dirinya dan pendidikan yang telah membesarkannya. Bagaimana tidak, ia menginginkan keberhasilan dalam menjalani kehidupan ini, tapi tanpa mau membayar ongkosnya. Orang seperti ini ibarat seseorang yang hendak berjalan tetapi selalu dibayangi oleh seekor singa yang siap menerkam dirinya dari belakang. Akibatnya, ia hanya menunggu langit menurunkan emasnya atau bumi mengeluarkan kandungan harta karunnya.

Kesulitan-kesulitan dalam kehidupan ini merupakan perkara yang nisbi. Yakni, segala sesuatu akan terasa sulit bagi jiwa yang kerdil, tapi bagi jiwa yang besar tidak ada istilah kesulitan besar. Jiwa yang besar akan semakin besar karena mampu mengatasi kesulitan-kesulitan itu. Sementara jiwa yang kecil akan semakin sakit, karena selalu menghindar dari kesulitan itu. Kesulitan itu ibarat anjing yang siap menggigit; ia akan menggonggong dan mengejar Anda bila Anda tampak ketakutan saat melihatnya. Sebaliknya, ia akan membiarkan Anda berlalu di hadapannya dengan tenang bila Anda tak menghiraukannya, atau Anda berani memelototinya.

Penyakit yang paling mematikan jiwa adalah rasa rendah diri. Penyakit ini dapat menghilangkan rasa percaya diri dan keyakinan seseorang terhadap kemampuannya sendiri. Maka dari itu, meski berani melakukan suatu pekerjaan, ia tak akan pernah yakin dengan kemampuan dan keberhasilan dirinya. Ia juga melakukannya dengan tanpa perhitungan yang matang, dan akhirnya gagal. Percaya diri adalah sebuah karunia yang sangat besar. Ia merupakan tiang penyangga keberhasilan dalam kehidupan ini. Adalah sangat berbeda antara "percaya diri" dengan "terlalu percaya diri". Terlalu percaya diri merupakan perilaku negatif yang senantiasa membuat jiwa bergantung pada khayalan dan kesombongan semu. Sedangkan percaya diri merupakan hal positif yang akan mendorong setiap jiwa untuk bergantung pada kemampuannya sendiri dalam memikul

suatu tanggung jawab. Dan karena itu, ia akan terdorong untuk senantiasa mengembangkan kemampuannya dan mempersiapkan diri dengan matang dalam menghadapi segala sesuatu.

Elia Abu Madhi berkata:

Orang berkata, "Langit selalu berduka dan mendung."
Tapi aku berkata, "Tersenyumlah, cukuplah duka cita di langit sana."
Orang berkata, "Masa muda telah berlalu dariku."
Tapi aku berkata, "Tersenyumlah, bersedih menyesali masa muda
tak kan pernah mengembalikannya"
Orang berkata, "Langitku yang ada di dalam jiwa
telah membuatku merana dan berduka.
Janji-janji telah mengkhianatiku ketika kalbu telah menguasainya.
Bagaimana mungkin jiwaku sangggup
mengembangkan senyum manisnya
Maka akupun berkata,"Tersenyum dan berdendanglah,
kala kau membandingkan semua umurmu kan habis untuk
merasakan sakitnya.
Orang berkata, "Perdagangan selalu penuh intrik dan penipuan,
ia laksana musafir yang akan mati karena terserang rasa haus."
Tapi aku berkata, "Tetaplah tersenyum,
karena engkau akan mendapatkan penangkal dahagamu.
Cukuplah engkau tersenyum,
karena mungkin hausmu akan sembuh dengan sendirinya.
Maka mengapa kau harus bersedih dengan dosa
dan kesusahan orang lain,
apalagi sampai engkau seolah-olah
yang melakukan dosa dan kesalahan itu?
Orang berkata, "Sekian hari raya telah tampak tanda-tandanya
seakan memerintahkanku membeli pakaian dan boneka-boneka.
Sedangkan aku punya kewajiban bagi teman-teman dan saudara,
namun telapak tanganku tak memegang
walau hanya satu dirham adanya

Ku katakan: Tersenyumlah,
cukuplah bagi dirimu karena Anda masih hidup,
dan engkau tidak kehilangan saudara-saudara
dan kerabat yang kau cintai.
Orang berkata, " Malam memberiku minuman 'alqamah
tersenyumlah, walaupun kau makan buah 'alqamah
Mungkin saja orang lain yang melihatmu berdendang
akan membuang semua kesedihan. Berdendanglah
Apa kau kira dengan cemberut akan memperoleh dirham
atau kau merugi karena menampakkan wajah berseri?
Saudaraku, tak membahayakan bibirmu jika engkau mencium
juga tak membahayakan jika wajahmu tampak indah berseri
Tertawalah, sebab meteor-meteor langit juga tertawa
mendung tertawa, karenanya kami mencintai bintang-bintang
Orang berkata, "Wajah berseri tidak membuat dunia bahagia
yang datang ke dunia dan pergi dengan gumpalan amarah.
Ku katakan, "Tersenyumlah, selama antara kau dan kematian
ada jarak sejengkal, setelah itu engkau tidak akan pernah tersenyum."

Sungguh, kita sangat butuh pada senyuman, wajah yang selalu berseri, hati yang lapang, akhlak yang menawan, jiwa yang lembut, dan pembawaan yang tidak kasar. *"Sesungguhnya Allah mewahyukan kepadaku agar kalian berendah hati, hingga tidak ada salah seorang di antaramu yang berlaku jahat pada yang lain dan tidak ada salah seorang di antaramu yang membanggakan diri atas yang lain."* **(Al-Hadîts)**

Rehat

Jangan bersedih, karena Anda telah melalui kesedihan itu kemarin dan ia tidak memberi manfaat apapun. Ketika anak Anda gagal dalam ujian dan Anda bersedih karenanya, apakah kemudian anak Anda lulus karena kesedihan itu? Saat bapak Anda meninggal dan Anda bersedih, apakah ia akan hidup kembali? Manakala Anda merugi dalam suatu bisnis dan kemudian Anda bersedih, apakah kemudian kerugian itu berubah menjadi keuntungan?

Jangan bersedih, sebab bila Anda bersedih gara-gara satu musibah, maka musibah yang satu itu akan menjadi berlipat ganda. Ketika Anda bersedih karena kemiskinan atau kesengsaraan yang Anda alami, bukankah kesedihan itu hanya menambah kesusahan Anda saja? Saat Anda bersedih karena cercaan musuh-musuh Anda, pastilah kesedihan itu hanya akan menguntungkan dan menambah semangat mereka untuk menyerang Anda. Atau, ketika Anda mencemaskan terjadinya sesuatu yang tidak Anda sukai, ia akan mudah terjadi pada Anda.

Jangan bersedih, karena kesedihan itu akan membuat rumah yang luas, isteri yang cantik, harta yang melimpah, kedudukan yang tinggi, dan anak-anak yang cerdas tidak ada gunanya sedikit pun.

Jangan bersedih, sebab kesedihan hanya akan membuat air yang segar terasa pahit, dan sekuntum bunga mawar yang indah tampak seperti sebongkok labu, taman yang rimbun tampak seperti gurun pasir yang gersang, dan kehidupan dunia menjadi penjara yang pengap.

Jangan bersedih, karena Anda masih memiliki dua mata, dua telinga, dua bibir, dua tangan dan dua kaki, lidah dan hati. Anda masih memiliki kedamaian, keamanan dan kesehatan.

Maka, nikmat Rabb kamu yang manakah yang kamu dustakan.

(QS. Ar-Rahmân: 13)

Jangan bersedih, karena Anda masih memiliki agama yang Anda yakini, rumah yang Anda diami, nasi yang Anda makan, air yang Anda minum, pakaian yang Anda pakai, dan isteri tempat Anda berbagi rasa. Mengapa harus bersedih?

Nikmatnya Rasa Sakit

Rasa sakit tidak selamanya tak berharga, sehingga harus selalu dibenci. Sebab, mungkin saja rasa sakit itu justru akan mendatangkan kebaikan bagi seseorang.

Biasanya, ketulusan sebuah doa muncul tatkala rasa sakit mendera. Demikian pula dengan ketulusan tasbih yang senantiasa terucap saat rasa sakit terasa. Adalah jerih payah dan beban berat saat menuntut ilmulah yang telah mengantarkan seorang pelajar menjadi ilmuwan terkemuka. Ia telah bersusah payah di awal perjalanannya, sehingga ia bisa menikmati kesenangan di akhirnya. Usaha keras seorang penyair memilih kata-kata untuk bait-bait syairnya telah menghasilkan sebuah karya sastra yang sangat menawan. Ia, dengan hati, urat syaraf, dan darahnya, telah larut bersama kerja kerasnya itu, sehingga syair-syairnya mampu menggerakkan perasaan dan menggoncangkan hati. Upaya keras seorang penulis telah menghasilkan

tulisan yang sangat menarik dan penuh dengan *'ibrah*, contoh-contoh dan petunjuk.

Lain halnya dengan seorang pelajar yang senang hidup foya-foya, tidak aktif, tak pernah terbelit masalah, dan tidak pula pernah tertimpa musibah. Ia akan selalu menjadi orang yang malas, enggan bergerak, dan mudah putus asa.

Seorang penyair yang tidak pernah merasakan pahitnya berusaha dan tidak pernah mereguk pahitnya hidup, maka untaian *qasidah-qasidah-nya* hanya akan terasa seperti kumpulan kata-kata murahan yang tak bernilai. Sebab, *qasidah-qasidah*-nya hanya keluar dari lisannya, bukan dari perasaannya. Apa yang dia utarakan hanya sebatas penalarannya saja, dan bukan dari hati nuraninya.

Contoh pola kehidupan yang paling baik adalah kehidupan kaum mukminin generasi awal. Yaitu, mereka yang hidup pada masa-masa awal kerasulan, lahirnya agama, dan di awal masa perutusan. Mereka adalah orang-orang yang memiliki keimanan yang kokoh, hati yang baik, bahasa yang bersahaja, dan ilmu yang luas. Mereka merasakan keras dan pedihnya kehidupan. Mereka pernah merasa kelaparan, miskin, diusir, disakiti, dan harus rela meninggalkan semua yang dicintai, disiksa, bahkan dibunuh. Dan karena semua itu pula mereka menjadi orang-orang pilihan. Mereka menjadi tanda kesucian, panji kebajikan, dan simbol pengorbanan.

> *Yang demikian itu ialah karena mereka ditimpa kehausan, kepayahan dan kelaparan pada jalan Allah, dan tidak (pula) menginjak suatu tempat yang membangkitkan amarah orang-orang kafir, dan tidak menimpakan sesuatu bencana kepada musuh, melainkan dituliskanlah bagi mereka dengan yang demikian itu suatu amal salih. Sesungguhnya Allah tidak menyia-nyiakan pahala orang-orang yang berbuat baik.* **(QS. At-Taubah: 120)**

Di dunia ini banyak orang yang berhasil mempersembahkan karya terbaiknya dikarenakan mau bersusah payah. Al Mutanabbi, misalnya, ia sempat mengidap rasa demam yang amat sangat sebelum berhasil menciptakan syair yang indah berikut ini:

Wanita yang mengunjungiku seperti memendam malu,

ia hanya mengunjungiku di gelapnya malam

Syahdan, an-Nabighah sempat diancam akan dibunuh oleh Nu'man ibn al-Mundzir sebelum akhirnya mempersembahkan bait syair berikut ini:

Engkau matahari, dan raja-raja yang lain bintang-bintang

tatkala engkau terbit ke permukaan,

bintang-bintang itu pun lenyap tenggelam

Di dunia ini, banyak orang yang kaya karena terlebih dahulu bersusah payah dalam masa mudanya. Oleh karena itu, tak usah bersedih bila Anda harus bersusah payah, dan tak usah takut dengan beban hidup, sebab mungkin saja beban hidup itu akan menjadi kekuatan bagimu serta akan menjadi sebuah kenikmatan pada suatu hari nanti. Jika Anda hidup dengan hati yang berkobar, cinta yang membara dan jiwa yang bergelora, akan lebih baik dan lebih terhormat daripada harus hidup dengan perasaan yang dingin, semangat yang layu, dan jiwa yang lemah.

Tetapi Allah tidak menyukai keberangkatan mereka, maka Allah melemahkan keinginan mereka, dan dikatakan kepada mereka: "Tinggallah kamu bersama orang-orang yang tinggal itu." **(QS. At-Taubah: 46)**

Saya teringat seorang penyair yang senantiasa menjalani kesengsaraan hidup, menanggung cobaan yang tidak ringan, dan mengenyam pahitnya perpisahan. Sebelum menghembuskan nafasnya yang terakhir, ia sempat melantunkan *qasidah* yang indah, segar, dan jujur. Dialah Malik ibn ar-Rayyib. Ia meratapi dirinya:

Tidakkah kau lihat aku menjual kesesatan dengan hidayah

dan aku menjadi seorang pasukan Ibnu Affan yang berperang

Alangkah indahnya aku, tatkala aku biarkan anak-anakku

taat dengan mengorbankan kebun dan semua harta-hartaku

Wahai kedua sahabat perjalananku, kematian semakin dekat

berhentilah di tempat tinggi sebab aku akan tinggal malam ini

Tinggallah bersamaku malam ini atau setidaknya malam ini

jangan kau buat lari ia, telah jelas yang akan menimpa

Goreslah tempat tidurku dengan ujung gerigi

dan kembalikan ke depan mataku kelebihan selendangku

Jangan kau iri, semoga Allah memberkahi kau berdua

dari tanah yang demikian lebar, semoga semakin luas untukku

Demikianlah, ungkapan-ungkapannya demikian syahdu, penyesalan yang sangat berat diucapkan, dan teriakan yang memilukan. Itu semua menggambarkan betapa kepedihan itu meluap dari hati sang penyair yang

mengalami sendiri kepedihan dan kesengsaraan hidup. Ia tak ubahnya seorang penasehat yang juga pernah merasakan apa yang ia ucapkan. Dan, biasanya, perkataan atau nasehat orang seperti itu akan mudah masuk ke dalam relung kalbu dan meresap ke dalam ruh yang paling dalam. Semua itu adalah karena ia mengalami sendiri kehidupan pahit dan beban berat yang ia bicarakan.

Maka, Allah mengetahui apa yang ada dalam hati mereka lalu menurunkan ketenangan atas mereka dan memberi balasan kepada mereka dengan kemenangan yang dekat (waktunya). **(QS. Al-Fath: 18)**

Jangan cela orang yang sedang kasmaran
hingga belitan keras deritamu berada dalam derita dirinya

Saya banyak menjumpai syair-syair terasa sangat dingin, tidak hidup, dan tidak ada ruhnya. Itu, bisa jadi karena kata-kata yang teruntai dalam bait-bait tersebut bukan terbit dari sebuah pengalaman pribadi sang penyair, tetapi sesuatu dikarang dan direka-reka dalam aura kesenangan. Karya-karya yang demikian itu tak ubahnya dengan potongan-potongan es dan bongkahan-bongkahan tanah; dingin dan tawar.

Saya juga pernah membaca karangan-karangan yang berisi nasehat-nasehat yang sedikit pun tak mampu menggerakkan ujung rambut orang yang mendengarkannya dan tidak mampu menggerakkan satu titik atom pun dalam tubuhnya. Semua itu, tak lain karena nasehat-nasehat itu tidak terucap dari mulut seseorang yang langsung pernah mengalami dan menghayati sendiri suatu kesedihan dan kesengsaraan.

Mereka mengatakan dengan mulutnya apa yang tidak terkandung dalam hatinya. **(QS. Ali 'Imrân: 167)**

Agar ucapan dan syair Anda dapat menyentuh hati pembacanya, masuklah terlebih dahulu ke dalamnya. Sentuhlah, rasakanlah dan resapilah niscaya Anda akan mampu memberikan sentuhan ke tengah masyarakat.

Kemudian, apabila telah Kami turunkan air di atasnya, hiduplah bumi itu dan suburlah dan menumbuhkan berbagai macam tumbuh-tumbuhan yang indah. **(QS. Al-Hajj: 5)**

Nikmatnya Ilmu Pengetahuan

Dan, Dia telah mengajarkan kepadamu apa yang belum kamu ketahui. Dan adalah karunia Allah itu sangat besar. **(QS. An-Nisâ` : 113)**

Kebodohan merupakan tanda kematian jiwa, terbunuhnya kehidupan dan membusuknya umur.

Sesungguhnya, Aku mengingatkan kepadamu supaya kamu tidak termasuk orang-orang yang tidak berpengetahuan. **(QS. Hûd: 46)**

Sebaliknya, ilmu adalah cahaya bagi hati nurani, kehidupan bagi ruh dan bahan bakar bagi tabiat.

Dan, apakah orang yang mati kemudian dia Kami hidupkan dan Kami berikan kepadanya cahaya yang terang, yang dengan cahaya itu dia dapat berjalan di tengah-tengah masyarakat manusia, serupa dengan orang yang keadaannya berada dalam gelap gulita yang berkali-kali tidak dapat keluar daripadanya? **(QS. Al-An'âm: 122)**

Kebahagian, kedamaian, dan ketentraman hati senantiasa berawal dari ilmu pengetahuan. Itu terjadi karena ilmu mampu menembus yang samar, menemukan sesuatu yang hilang, dan menyingkap yang tersembunyi. Selain itu, naluri dari jiwa manusia itu adalah selalu ingin mengetahui hal-hal yang baru dan ingin mengungkap sesuatu yang menarik.

Kebodohan itu sangat membosankan dan menyedihkan. Pasalnya, ia tidak pernah memunculkan hal baru yang lebih menarik dan segar, yang kemarin seperti hari ini, dan yang hari ini pun akan sama dengan yang akan terjadi esok hari.

Bila Anda ingin senantiasa bahagia, tuntutlah ilmu, galilah pengetahuan, dan raihlah pelbagai manfaat, niscaya semua kesedihan, kepedihan dan kecemasan itu akan sirna.

Dan, katakanlah: "Ya Rabb-ku, tambahkanlah kepadaku ilmu pengetahuan." **(QS. Thâhâ: 114)**

Bacalah dengan nama Rabb-mu Yang menciptakan. **(QS. Al-'Alaq: 1)**

"Barangsiapa yang Allah kehendaki kebaikan padanya, maka Allah akan pandaikan ia dalam agama." **(Al-Hadîts)**

Janganlah seseorang sombong dengan harta atau kedudukannya, kalau memang ia tak memiliki ilmu sedikit pun. Sebab, kehidupannya tidak akan sempurna.

> *Adakah orang yang mengetahui bahwasanya apa yang diturunkan kepadamu itu benar sama dengan orang yang buta.* **(QS. Ar-Ra'd: 19)**

Az-Zamakhsyari, dalam sebuah syairnya berkata:

Malam-malamku untuk merajut ilmu yang bisa dipetik,
menjauhi wanita elok dan harumnya leher
Aku mondar-mandir untuk menyelesaikan masalah sulit,
lebih menggoda dan manis dari berkepit betis nan panjang
Bunyi penaku yang menari di atas kertas-kertas,
lebih manis daripada berada di belaian wanita dan kekasih
Bagiku lebih indah melemparkan pasir ke atas kertas
daripada gadis-gadis yang menabuh dentum rebana
Hai orang yang berusaha mencapai kedudukanku lewat angannya,
sungguh jauh jarak antara orang yang diam dan yang lain, naik
Apakah aku yang tidak tidur selama dua purnama dan engkau
tidur nyenyak, setelah itu engkau ingin menyamai derajatku

Alangkah mulianya ilmu pengetahuan. Alangkah gembiranya jiwa seseorang yang menguasainya. Alangkah segarnya dada orang yang penuh dengannya, dan alangkah leganya perasaan orang yang menguasainya.

> *Maka, apakah orang yang berpegang teguh pada keterangan yang datang dari Rabb-nya sama dengan orang yang (setan) menjadikan dia memandang baik perbuatannya yang buruk dan mengikuti hawa nafsunya?*
> **(QS. Muhammad: 14)**

Seni Bergembira

Di antara kenikmatan terbesar adalah kegembiraan, ketentraman, dan ketenangan hati. Sebab, dalam kegembiraan hati itu terdapat keteguhan pikir, produktivitas yang bagus, dan keriangan jiwa. Kata banyak orang, kegembiraan merupakan seni yang dapat dipelajari. Artinya, siapa yang mengetahui cara memperoleh, merasakan dan menikmati kegembiraan, maka

ia akan dapat memanfaatkan pelbagai kenikmatan dan kemudahan hidup, baik yang ada di depannya maupun yang masih jauh berada di belakangnya. Adapun modal utama untuk meraih kebahagiaan adalah kekuatan atau kemampuan diri untuk menanggung beban kehidupan, tidak mudah goyah oleh goncangan-goncangan, tidak gentar oleh peristiwa-peristiwa, dan tidak pernah sibuk memikirkan hal-hal kecil yang sepele. Begitulah, semakin kuat dan jernih hati seseorang, maka akan semakin bersinar pula jiwanya.

Hati yang cabar; lemah tekad, rendah semangat, dan selalu gelisah tak ubahnya dengan gerbong kereta yang mengangkut kesedihan, kecemasan, dan kekhawatiran. Oleh sebab itu, barangsiapa membiasakan jiwanya bersabar dan tahan terhadap segala benturan, niscaya goncangan apapun dan tekanan dari manapun akan terasa ringan.

Kala seorang jelata dalam kesengsaraannya
ringan baginya untuk mendaki gundukan lumpur

Di antara musuh utama kegembiraan adalah wawasan yang sempit, pandangan yang picik, dan egoisme. Karena itu, Allah melukiskan musuh-musuh-Nya adalah sebagaimana berikut:

Mereka dicemaskan oleh diri mereka sendiri. **(QS. Ali 'Imrân: 154)**

Orang-orang yang berwawasan sempit senantiasa melihat seluruh alam ini seperti apa yang mereka alami. Mereka tidak pernah memikirkan apa yang terjadi pada orang lain, tidak pernah hidup untuk orang lain, dan tidak pernah memperhatikan sekitarnya. Memang ada kalanya kita harus memikirkan diri kita sendiri dan menjaga jarak dari sesama, yaitu tatkala kita sedang melupakan kepedihan, kegundahan, dan kesedihan kita. Dan, itu artinya kita dapat mendapatkan dua hal secara bersamaan: membahagiakan diri kita dan tidak merepotkan orang lain.

Satu hal mendasar dalam seni mendapatkan kegembiraan adalah bagaimana mengendalikan dan menjaga pikiran agar tidak terpecah. Apalagi bila Anda tidak mengendalikan pikiran Anda dalam setiap melakukan sesuatu, niscaya ia tak akan terkendali. Ia akan mudah membawa Anda pada berkas-berkas kesedihan masa lalu. Dan pikiran liar yang tak terkendali itu tak hanya akan menghidupkan kembali luka lama, tetapi juga membisikkan masa depan yang mencekam. Ia juga dapat membuat tubuh gemetar, kepribadian goyah, dan perasaan terbakar. Karena itu, kendalikan pikiran Anda ke arah yang baik dan mengarah pada perbuatan yang bermanfaat.

Dan, bertawakallah kepada Dzat Yang Maha Hidup dan tidak pernah mati. **(QS. Al-Furqân: 58)**

Hal mendasar yang tak dapat dilupakan dalam mempelajari cara meraih kegembiraan adalah bahwa Anda harus menempatkan kehidupan ini sesuai dengan porsi dan tempatnya. Bagaimanapun, kehidupan ini laksana permainan yang harus diwaspadai. Pasalnya, ia dapat menyulut kekejian, kepedihan, dan bencana. Jika demikian halnya sifat-sifat dunia, maka mengapa ia harus begitu diperhatikan dan ditangisi ketika gagal diraih. Keindahan hidup di dunia ini acapkali palsu, janji-janjinya hanya fatamorgana belaka, apapun yang ia lahirkan senantiasa berakhir pada ketiadaan, orang yang paling bergelimang dengan hartanya adalah orang yang paling merasa terancam, dan orang yang selalu memuja dan memimpikannya akan mati terbunuh oleh pedang waktu yang pasti tiba.

Adakah kita generasi yang sama saja dengan moyangnya?
penghuni negeri yang hanya melihat gagak sepanjang hidupnya,
hingga kita selalu meratapi dunia, sedang di dunia
tak ada sekumpulan manusia yang tak pernah berpisah
Betapa nasib para durjana, kaisar-kaisar penguasa, dan penimbun harta,
adakah harta dan jabatan mereka kekal dan masih ada di tangan mereka?
Barangsiapa merasa terhimpit oleh langit kehidupannya,
dia akan terus merasa sesak sampai masuk ke dalam liang kuburnya
seakan mereka tuli saat diseru, dan tak pernah tahu bahwa
menasehati mereka itu boleh, boleh sekali

Dalam sebuah hadits disebutkan: "*Sesungguhnya ilmu itu didapat hanya dengan belajar, dan kesabaran itu diperoleh hanya dengan latihan.*"

Satu hal mendasar yang sangat penting diperhatikan adalah bahwa kegembiraan itu tidak datang begitu saja. Tapi, harus diusahakan dan dipenuhi segala sesuatu yang menjadi prasyaratnya. Lebih dari itu, untuk mencapai kebahagiaan Anda harus menahan dari hal-hal yang tak bermanfaat. Begitulah cara menempa jiwa agar senantiasa siap diajak mencari kebahagiaan.

Kehidupan dunia ini sebenarnya tidak berhak membuat kita bermuram durja, pesimistis dan lemah semangat. Sebuah syair mengatakan:

Hukum kematian manusia masih terus berlaku,
karena dunia juga bukan tempat yang kekal abadi.
Adakalanya seorang manusia menjadi penyampai berita,
dan esok hari tiba-tiba menjadi bagian dari suatu berita,
ia dicipta sebagai makhluk yang senantiasa galau nan gelisah,
sedang engkau mengharap selalu damai nan tenteram.
Wahai orang yang ingin selalu melawan tabiat,
engkau mengharap percikan api dari genangan air.
Kala engkau berharap yang mustahil terwujud,
engkau telah membangun harapan di bibir jurang yang curam.
Kehidupan adalah tidur panjang, dan kematian adalah kehidupan,
maka manusia di antara keduanya; dalam alam impian dan khayalan
Maka, selesaikan segala tugas dengan segera, niscaya umur-umurmu,
akan terlipat menjadi lembaran-lembaran sejarah yang akan ditanyakan.
Sigaplah dalam berbuat baik laksana kuda yang masih muda,
kuasailah waktu, karena ia dapat menjadi sumber petaka
Dan zaman tak akan pernah betah menemani Anda, karena ia
akan selau lari meninggalkan Anda sebagai musuh yang menakutkan
dan karena zaman memang dicipta sebagai musuh orang-orang bertakwa.

Adalah suatu kenyataan yang tak terelakkan bila Anda tidak akan mampu menyapu bersih noda-noda kesedihan dari Anda. Karena bagaimanapun, memang seperti itulah kehidupan dunia ini tercipta.

Kami telah menciptakan manusia dalam susah payah. **(QS. Al-Balad: 4)**

Sesungguhnya, Kami menciptakan manusia dari setetes mani yang bercampur yang Kami hendak mengujinya. **(QS. Al-Insân: 2)**

Supaya Dia menguji kamu, siapa di antara kamu yang paling baik amalnya. **(QS. Al-Mulk: 2)**

Demikian penjelasan Sang Pencipta tentang tabiat dan dasar dari makhluk yang bernama manusia.

Semua itu kenyataan. Maka, Anda hanya berkewajiban mengurangi dan bukan menghilangkan kesedihan, kecemasan dan kegundahan pada diri Anda. Sebab, kesedihan itu akan sirna bersama akar-akarnya hanya di

surga kelak. Terbukti, dalam al-Qur'an disebutkan bahwa para penduduk surga akan ada yang berkata,

Segala puji bagi Allah yang telah menghilangkan duka cita dari kami.
(QS. Fâthir: 34)

Ini merupakan isyarat bahwa kesedihan hanya akan tersapu bersih dari seseorang tatkala ia sudah berada di surga kelak. Dan ini sama halnya dengan nasib kedengkian yang tak akan benar-benar musnah kecuali setelah manusia masuk surga.

Dan, Kami lenyapkan segala rasa dendam yang berada di dalam hati mereka. **(QS. Al-Hijr: 47)**

Inilah dunia. Orang yang mengetahui apa dan bagaimana dunia, niscaya ia akan dapat menghadapi setiap rintangan dan menyikapi tabiatnya yang kasar dan pengecut itu. Dan kemudian, ia akan menyadari bahwa memang demikianlah sifat dan tabiat dunia itu.

Jika benar dunia seperti yang kita gambarkan di atas, maka sungguh pantas bagi orang yang bijak, cerdik serta waspada untuk tidak mudah menyerah pada kesengsaraan, kesusahan, kecemasan, kegundahan, dan kesedihan dalam hidupnya. Sebaliknya, mereka harus melawan semuanya itu dengan seluruh kekuatan yang telah Allah karuniakan kepadanya.

Dan, siapkanlah untuk menghadapi mereka kekuatan apa saja yang kamu sanggupi dan dari kuda-kuda yang ditambat untuk berperang (yang dengan persiapan itu) kamu menggentarkan musuh Allah dan musuhmu.
(QS. Al-Anfâl: 60)

Mereka tidak menjadi lemah karena bencana yang menimpa mereka di jalan Allah, dan tidak lesu dan tidak (pula) menyerah (kepada musuh).
(QS. Ali 'Imrân: 146)

Rehat

Jangan bersedih karena hidup miskin, karena masih banyak orang di sekitar Anda yang hidup dililit hutang! Jangan bersedih karena tak punya mobil, sebab masih banyak orang di sekitar Anda yang kakinya buntung. Jangan bersedih karena suatu penyakit, karenan masih banyak orang selain Anda yang mungkin telah bertahun-tahun tergolek lemas

di atas ranjang. Jangan bersedih karena kehilangan seorang anak, sebab Anda bukan satu-satunya orang yang kehilangan anaknya.

Jangan bersedih, bila Anda memang seorang muslim yang beriman kepada Allah, para rasul-Nya, malaikat-Nya, kitab-kitab-Nya, Hari Kiamat dan *qadha'* serta *qadar* yang baik dan yang buruk! Karena, masih banyak orang kafir yang mengingkari Allah, mendustakan rasul-rasul-Nya, memutarbalikkan makna al-Qur'an, dan tak mempercai Hari Kiamat, serta ingkar terhadap *qadha'* dan *qadar*.

Jangan bersedih! Kalau memang Anda tak sengaja telah berbuat dosa, cepatlah bertobat; kalau Anda telah melakukan kejahatan, mintalah ampunan-Nya; dan kalau Anda telah melakukan satu kesalahan, perbaikilah kesalahan itu. Bagaimanapun, rahmat dan kasih sayang Allah itu tak terhingga luasnya, pintu ampunan-Nya selalu terbuka dan ampunan-Nya senantiasa melimpah ruah.

Jangan bersedih, karena kesedihan hanya akan menyebabkan syaraf cepat letih, jiwa mudah tergoncang, hati menjadi lemah, dan pikiran tak terarah.

Seorang penyair berkata,

Mungkin saja seseorang merasa terhimpit cobaan,

karena tak sadar bahwa jalan keluar ada di tangan Sang Pencipta

Kala kesesakan semakin berat terasa, dan semua lingkaran

terbuka, ia akan melihat apa yang tak pernah terbayang olehnya.

Mengendalikan Emosi

Emosi dan perasaan akan bergolak dikarenakan dua hal; kegembiraan yang memuncak dan musibah yang berat. Dalam sebuah hadits Rasulullah bersabda, "*Sesungguhnya aku melarang dua macam ucapan yang bodoh lagi tercela: keluhan tatkala mendapat nikmat dan umpatan tatkala mendapat musibah.*"

Dan, Allah berfirman,

(Kami jelaskan yang demikian itu) supaya kamu jangan berduka cita terhadap apa yang luput dari kamu, dan supaya kamu jangan terlalu gembira terhadap apa yang diberikan-Nya kepadamu. **(QS. Al-Hadîd: 23)**

Maka dari itulah, Rasulullah bersabda, "*Sesungguhnya kesabaran itu ada pada benturan yang pertama.*"

Barangsiapa mampu menguasai perasaannya dalam setiap peristiwa, baik yang memilukan dan juga yang menggembirakan, maka dialah orang yang sejatinya memiliki kekukuhan iman dan keteguhan keyakinan. Karena

itu pula, ia akan memperoleh kebahagiaan dan kenikmatan dikarenakan keberhasilannya mengalahkan nafsu. Allah s.w.t. menyebutkan bahwa manusia adalah makhluk yang senang bergembira dan berbangga diri. Namun, menurut Allah, ketika ditimpa kesusahan manusia mudah berkeluh kesah, dan ketika mendapatkan kebaikan manusia sangat kikir. Akan tetapi, tidak demikian halnya dengan orang-orang yang khusyu' dalam shalatnya. Itu karena merekalah orang-orang yang mampu berdiri seimbang di antara gelombang kesedihan yang keras dan dengan luapan kegembiraan yang tinggi. Dan mereka itulah yang akan senantiasa bersyukur tatkala mendapat kesenangan dan bersabar tatkala berada dalam kesusahan.

Emosi yang tak terkendali hanya akan melelahkan, menyakitkan, dan meresahkan diri sendiri. Sebab, ketika marah, misalnya, maka kemarahannya akan meluap dan sulit dikendalikan. Dan itu akan membuat seluruh tubuhnya gemetar, mudah memaki siapa saja, seluruh isi hatinya tertumpah ruah, nafasnya tersengal-sengal, dan ia akan cenderung bertindak sekehendak nafsunya. Adapun saat mengalami kegembiraan, ia menikmatinya secara berlebihan, mudah lupa diri, dan tak ingat lagi siapa dirinya.

Begitulah manusia, ketika tidak menyukai seseorang, ia cenderung menghardik dan mencelanya. Akibatnya, seluruh kebaikan orang yang tidak ia sukai itu tampak lenyap begitu saja. Demikian pula ketika menyukai orang lain, maka orang itu akan terus ia puja dan sanjung setinggi-tingginya seolah-olah tak ada cacatnya. Dalam sebuah hadist dikatakan: *"Cintailah orang yang engkau cintai sewajarnya, karena siapa tahu ia akan menjadi musuhmu di lain waktu, dan bencilah musuhmu itu sewajarnya, karena siapa tahu dia menjadi sahabatmu di lain waktu."*

Dalam sebuah hadits Rasulullah bersabda, *"Ya Allah saya minta pada-Mu keadilan pada saat marah dan lapang dada."*

Barangsiapa mampu menguasai emosinya, mengendalikan akalnya dan menimbang segalanya dengan benar, maka ia akan melihat kebenaran, akan tahu jalan yang lurus dan akan menemukan hakekat.

> *Sesungguhnya, Kami telah mengutus rasul-rasul dengan membawa bukti-bukti yang nyata dan telah Kami turunkan bersama mereka al-Kitab dan neraca (keadilan) supaya manusia dapat melaksanakan keadilan.*
>
> **(QS. Al-Hadîd: 25)**

Islam mengajarkan keseimbangan norma, budi pekerti, dan perilaku sebagaimana ia mengajarkan *manhaj* yang lurus, syariat yang diridhai, dan agama yang suci.

Dan, demikianlah (pula) Kami telah menjadikan kamu (umat Islam), umat yang adil dan pilihan. **(QS. Al-Baqarah: 143)**

Keadilan merupakan tuntutan yang ideal sebagaimana ia dibutuhkan dalam penerapan hukum. Itu terjadi, karena pada dasarnya Islam dibangun di atas pondasi kebenaran dan keadilan. Yakni, benar dalam memberitakan berita-berita Ilahi dan adil dalam menetapkan hukum, mengucapkan perkataan, melakukan tindakan dan berbudi pekerti. Dan,

Telah sempurnalah kalimat Rabb-mu (al-Qur'an) sebagai kalimat yang benar dan adil. **(QS. Al-An'âm: 115)**

Kebahagiaan Para Sahabat Bersama Rasulullah s.a.w.

Rasulullah s.a.w. diutus kepada umat manusia dengan membawa pesan dakwah *rabbaniyah* dan tidak memiliki propaganda apapun tentang dunia. Maka, Rasulullah s.a.w. tak pernah dianugerahai gudang harta, hamparan kebun buah yang luas, dan tidak pula tinggal di istana yang megah. Dan saat pertama kali datang, hanya beberapa orang yang mencintainya saja yang bersumpah setia mengikuti ajaran yang dibawanya. Dan mereka tetap teguh memegang janji meski pelbagai kesulitan dan ancaman datang mendera. Begitulah, betapa kuatnya keimanan dan kecintaan mereka pada Muhammad s.a.w.; saat berjumlah sedikit, masih sangat lemah, dan nyaris selalu diliputi ancaman dari orang-orang disekitarnya, mereka tetap teguh mencintai Rasulullah s.a.w.

Mereka pernah ada yang dikucilkan masyarakatnya, dipersulit jalur perekonomiannya, dicemarkan nama baiknya, dijatuhkan martabat dan kewibawaannya di depan umum, diusir dari kampungnya, dan disiksa bersama keluarganya. Meski demikian, kecintaan mereka terhadap Muhammad tak goyah sejengkalpun.

Diantara mereka, ada yang pernah dijemur di tengah padang pasir yang panas, dikurung dalam penjara bawah tanah, dan disiksa dengan berbagai cara. Namun demikian, mereka tetap mencintai Rasulullah s.a.w.

Negeri, kampung halaman, dan rumah-rumah mereka pun pernah diperangi dan dirampas. Maka, mereka banyak yang harus bercerai berai dengan keluarganya, berpisah dengan kawan karibnya dan meninggalkan harta bendanya. Meski demikian, ternyata mereka tetap mencintai Rasulullah s.a.w.

Kaum mukminin seringkali mendapatkan cobaan saat menjalankan dakwah. Mereka tak hanya dibatasi ruang geraknya, tetapi kadang keluarga dan dirinya juga diancam akan dibunuh. Bahkan, ada kalanya dalam menjalani dakwah mereka harus rela dan sabar menanggung kesengsaraan dan penderitaan yang panjang. Namun, karena tetap berprasangka baik terhadap Allah, maka mereka pun tetap sangat mencintai Rasulullah s.a.w.

Tak sedikit para sahabat muda Nabi s.a.w. yang tak sempat menikmati masa mudanya sebagaimana anak muda yang lain. Itu terjadi, karena mereka harus senantiasa ikut berperang di bawah bayang-bayang kilatan pedang musuh demi membela keyakinan dan kecintaan mereka pada Muhammad s.a.w.. Tentang mereka ini, sebuah syair mengatakan:

Kilatan pedang-pedang itu laksana bayangan bunga di kebun hijau,

dan menebarkan bau wangi yang semerbak.

Begitulah, pada masa itu setiap pemuda siap berangkat ke medan perang dan menjemput maut. Meski demikian, mereka tak gentar sedikitpun dan justru memandang perjuangan di medan perang itu laksana sebuah wisata atau pesta di malam hari raya. Dan itu, tak lain juga didorong oleh kecintaan mereka terhadap Rasulullah s.a.w.

Syahdan, seorang sahabat pernah diutus untuk masuk ke kandang musuh dan menghantarkan surat kepada mereka. Sahabat itu sadar bahwa kemungkinan dirinya dapat kembali lagi sangat kecil. Namun, ternyata ia tetap melakukan tugas itu. Ada pula seorang sahabat yang ketika diminta menjalankan suatu tugas, ia menyadari bahwa tugas itu adalah tugasnya yang terakhir. Namun ia tetap pergi dengan suka cita menjalankan tugas tersebut. Demikianlah, semua hal tadi mereka lakukan adalah karena kecintaan mereka yang besar terhadap Nabi Muhammad s.a.w.

Mengapa mereka sedemikian rupa mencintai Rasulullah s.a.w.? Mengapa mereka sangat bahagia dengan risalah yang dibawanya, merasa tenteram dengan *manhaj*-nya, sangat gembira menyambut kedatangannya, dan mampu melupakan semua rasa sakit, kesulitan, tantangan dan ancaman demi mengikutinya?

Jawabannya adalah karena mereka melihat pada diri Nabi Muhammad terdapat semua makna kebaikan dan kebahagiaan. Juga, tanda-tanda kebajikan dan kebenaran. Beliau mampu menjadi penunjuk jalan bagi siapa saja dalam pelbagai masalah besar. Bahkan, dengan sentuhan kelembutan dan kasih sayangnya beliau mampu memadamkan semua gejolak hati mereka. Dengan ucapannya, beliau mampu menyejukkan isi dada siapa saja. Dan dengan risalahnya, ia mampu menghangatkan ruh mereka.

Rasulullah s.a.w juga berhasil menancapkan kerelaan pada jiwa setiap sahabatnya. Maka, tak mustahil bila mereka tidak lagi pernah memperhitungkan pelbagai rintangan yang menghadang jalan dakwah mereka. Sebab, kokohnya keyakinan yang ada dalam dada mereka telah melupakan semua luka, tekanan, dan kesengsaraan itu.

Beliau berhasil meluruskan hati nurani mereka dengan tuntunannya, menyinari mata hati mereka dengan cahayanya, menyingkirkan unsur-unsur jahiliyah dari leher mereka, menghapuskan warna paganisme dari punggung mereka, menanggalkan semua kalung kemusyrikan dari leher mereka, dan memadamkan semua api kedengkian dan permusuhan dari ruh-ruh mereka. Dan lebih dari itu, beliau berhasil menuangkan air keyakinan ke dalam perasaan mereka. Karena itu, jiwa raga mereka menjadi tenteram, hati mereka senantiasa sejuk damai, dan otot-otot syaraf mereka selalu kendur dan mudah terkendali.

Ada banyak faktor yang membuat kecintaan para sahabat terhadap Rasulullah s.a.w. semakin besar. Diantaranya, saat bersama Rasulullah s.a.w. mereka senantiasa merasakan kenikmatan hidup, saat berada di dekatnya mereka merasakan hangatnya kasih sayang dan ketulusan hati, saat berada di bawah payung ajarannya mereka merasakan ketenteraman, dengan mematuhi perintahnya mereka mendapatkan keselamatan, dan dengan meneladani sunah-sunahnya mereka mendapatkan kekayaan batin.

Dan, tidaklah Kami utus kamu kecuali menjadi rahmat bagi semesta alam. **(QS. Al-Anbiyâ` : 107)**

Dan sesungguhnya, kamu benar-benar memberi petunjuk kepada jalan yang lurus. **(QS. Asy-Syûra: 52)**

Dan, (dengan kitab itu pula) Allah mengeluarkan orang-orang itu dari gelap gulita kepada cahaya. **(QS. Al-Mâ` idah: 16)**

Dialah yang mengutus kepada kaum yang buta huruf seorang Rasul diantara mereka, yang membacakan ayat-ayat-Nya kepada mereka Kitab dan Hikmah (as-Sunah). Dan sesungguhnya, mereka sebelumnya benar-benar dalam kesesatan yang nyata. **(QS. Al-Jumu'ah: 2)**

Dan, membuang dari mereka beban-beban dan belenggu-belenggu yang ada pada mereka. **(QS. Al-A'râf: 157)**

Penuhilah seruan Allah dan seruan Rasul apabila Rasul menyeru kamu kepada suatu yang memberi kehidupan kepada kamu.

(QS. Al-Anfâl: 24)

Dan, kamu telah berada di tepi jurang neraka, lalu Allah menyelamatkan kamu darinya. **(QS. Ali 'Imrân: 103)**

Sungguh, mereka benar-benar menjadi orang yang bahagia dalam arti yang sebenarnya,saat bersama pemimpin dan suri tauladan mereka. Maka dari itu, sangatlah pantas bila mereka berbahagia dan bergembira.

Wahai malam yang menakutkan, tidakkah engkau kembali?

zamanmu akan diguyur dengan hujan dari langit

Ya Allah, limpahkanlah shalawat dan salam kepada si pembebas akal dari belenggu-belenggu penyimpangan, dan si penyelamat jiwa dari ketergelinciran itu. Karuniakanlah ridha-Mu kepada para sahabat yang mulia sebagai ganjaran atas apa yang telah mereka perjuangkan.

Enyahkan Kejenuhan dari Hidupmu!

Orang yang hidup mengekang diri dengan satu gaya atau model hidup, sudah tentu akan dilanda kejenuhan. Itu terjadi, karena jiwa manusia pada dasarnya cenderung mudah jenuh. Tabiat dasar setiap manusia adalah tidak senang berada dalam satu keadaan yang sama. Dan karena itu pula, maka Allah menciptakan banyak warna dan bentuk untuk suatu tempat, zaman, makanan, minuman, dan makhluk-makhluk ciptaan-Nya. Ada malam ada siang, ada dataran tinggi ada dataran rendah, ada putih ada hitam, ada panas ada dingin, dan ada manis ada kecut. Keberagaman dan perbedaan ini seringkali disebut Allah dalam beberapa firman-Nya. Diantaranya Allah menyebutkan bahwa,

Dari perut lebah itu keluar minuman(madu) yang bermacam-macam warna-nya. **(QS. An-Nahl: 69)**

Dari pohon kurma yang bercabang dan tidak bercabang.
(QS. Ar-Ra'd: 4)

Dan, di antara gunung-gunung itu ada garis-garis yang putih dan merah yang beraneka ragam warnanya dan ada (pula) yang hitam pekat.
(QS. Fâthir: 37)

Dan, masa (kejayaan dan kehancuran) itu, Kami pergilirkan di antara manusia (agar mereka mendapat pelajaran). **(QS. Ali 'Imrân: 140)**

Syahdan, Bani Israel pernah merasa bosan dengan makanan paling baik mereka dan mengeluh pada Allah,

Kami tidak bisa sabar (tahan) dengan satu macam makanan saja.
(QS. Al-Baqarah: 61)

Al-Makmun kadang kala membaca sambil duduk, sesekali dengan berdiri, dan pada saat yang lain sambil berjalan. Dan karena itu pula ia pernah berkata, "Jiwa manusia itu sungguh sering kali jenuh."

(Yaitu) orang-orang yang mengingat Allah sambil berdiri atau duduk atau dalam keadaan berbaring. **(QS. Ali 'Imrân: 191)**

Ayat ini mengisyaratkan bahwa dalam beribadah pun manusia akan merasa jenuh. Oleh karena itu, maka Allah pun memberikan banyak pilihan bentuk dan cara beribadah kepada para hamba-Nya. Sebagaimana kita ketahui, Allah telah menetapkan pelbagai amalan hati, amalan lisan, amalan badan, dan ada amalan harta. Kita juga tidak hanya diwajibkan shalat, tetapi juga membayar zakat, menjalankan puasa, menunaikan haji dan ikut berjihad. Bahkan, dalam shalat pun kita tak hanya disuruh berdiri saja, tetapi juga ruku', berdiri, sujud, dan duduk.

Semua ini mengisyaratkan bahwa siapapun yang menginginkan kepuasan, semangat yang selalu baru dan produktivitas, maka ia harus pandai membagi waktunya. Yakni, ia perlu membagi waktu kapan ia harus bekerja, merenung, dan mencari hiburan. Dalam hal membaca pun, Anda perlu variasi; kapan Anda harus membaca al-Qur'an, tafsir, sirah Rasulullah, hadits, fikih, sejarah, sastra dan ilmu pengetahuan umum. Demikian pula dalam menjalankan kegiatan rutin harian, Anda harus dapat menentukan kapan waktu untuk beribadah, mencari hiburan, mengunjungi

relasi, menerima tamu, berolahraga, dan berekreasi. Dengan begitu, niscaya jiwa Anda akan selalu merasa segar dan bergairah.

Buanglah Rasa Cemas!

Tak usah bersedih, karena *Rabb*-mu berfirman,

Bukankah Kami telah melapangkan untukmu dadamu.

(QS. Al-Insyirâh: 1)

Pesan ayat ini bersifat umum untuk setiap orang yang menerima kebenaran, melihat cahaya dan menempuh hidayah. Allah juga berfirman,

Maka, apakah orang-orang yang dibukakan hatinya oleh Allah untuk (menerima) agama Islam lalu ia mendapat cahaya dari Rabb-nya (sama dengan orang yang membatu hatinya)? Maka, kecelakaan yang besarlah bagi mereka yang telah membatu hatinya. **(QS. Az-Zumar: 22)**

Maka dari itu, menjadi jelas bahwa ada kebenaran yang akan melapangkan dada dan ada kebatilan yang akan membuat hati menjadi keras.

Allah berfirman,

Barangsiapa yang Allah menghendaki akan memberikan kepadanya petunjuk, niscaya Dia melapangkan dadanya untuk (memeluk) Islam.

(QS. Al-An'âm: 125)

Ini menandakan bahwa Islam merupakan suatu tujuan yang hanya dapat dicapai oleh orang yang memang dikehendaki Allah.

Janganlah kamu bersedih sesungguhnya Allah bersama kita.

(QS. At-Taubah: 40)

Demikian Allah berfirman. Dan kalimat seperti itu hanya akan diucapkan oleh orang yang sangat yakin dengan pengawasan, perlindungan, kasih sayang dan pertolongan Allah.

(Yaitu) orang-orang (yang mentaati Allah dan Rasul) yang kepada mereka ada orang-orang yang mengatakan: "Sesungguhnya manusia telah mengumpulkan pasukan untuk menyerang kamu, karena itu takutlah kepada mereka", maka perkataan itu menambah keimanan mereka dan mereka menjawab: "Cukuplah Allah menjadi Penolong kami dan Allah adalah sebaik-baik Pelindung." **(QS. Ali 'Imrân: 173)**

Yakni, bahwa pemenuhan dan perlindungan Allah sudah sangat cukup bagi kita.

Hai Nabi, cukuplah, cukuplah Allah (menjadi pelindung) bagimu dan bagi orang-orang mukmin yang mengikutimu. **(QS. Al-Anfâl: 64)**

Dan, siapapun yang menempuh jalan tersebut akan memperoleh kemenangan sebagaimana yang disebutkan dalam ayat tersebut.

Dan, bertawakallah kamu kepada Allah Yang Maha Hidup (Kekal) Yang tidak mati. **(QS. Al-Furqân: 58)**

Yakni, selain Allah akan mati, tidak akan hidup selamanya, akan sirna dan tak abadi. Dan derajatnya pun rendah dan tidak mulia.

Bersabarlah (hai Muhammad) dan tidaklah kesabaranmu itu melainkan dengan pertolongan Allah dan janganlah engkau bersedih hati terhadap (kekafiran) dan janganlah kamu bersempit dada terhadap apa yang mereka tipu dayakan. Sesungguhnya Allah beserta orang-orang yang berbuat kebaikan. **(QS. An-Nahl: 127-128)**

Ayat ini melukiskan tentang bagaimana penyertaan khusus Allah terhadap para wali-Nya, yakni dengan cara selalu menjaga, mengawasi, membantu dan melindungi mereka sesuai dengan kadar ketakwaan dan jihad mereka.

Dan, janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) bersedih hati, padahal kamulah orang-orang yang paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman. **(QS. Ali 'Imrân: 139)**

Maksudnya adalah ketinggian tingkat *ubudiyah* dan kedudukannya di sisi Allah.

Mereka sekali-kali tidak akan dapat membuat mudharat kepada kamu, selain dari gangguan-gangguan celaan saja, dan jika mereka berperang dengan kamu, pastilah mereka berbalik melarikan diri ke belakang (kalah). Kemudian, mereka tidak mendapat pertolongan. **(QS. Ali 'Imrân: 111)**

Allah telah menetapkan: "Aku dan rasul-rasul-Ku pasti menang." Sesungguhnya Allah Maha Kuat lagi Maha Perkasa.

(QS. Al-Mujâdilah: 21)

Sesungguhnya Kami menolong rasul-rasul Kami dan orang-orang yang beriman dalam kehidupan dunia dan pada hari berdirinya saksi-saksi (hari Kiamat). **(QS. Al-Mu` min: 51)**

Bentuk ketetapan pada kalimat ini merupakan janji Allah yang tidak akan pernah diingkari dan tidak akan pernah ditunda.

Dan, aku menyerahkan urusanku kepada Allah. Sesungguhnya Allah Maha Melihat akan hamba-hamba-Nya. Maka, Allah memeliharanya dari kejahatan tipu daya mereka, dan Fir'aun beserta kaumnya dikepung oleh azab yang amat buruk. **(QS. Al-Mu` min: 44-45)**

Dan, hanya kepada Allah-lah orang-orang mukmin bertawakal. **(QS. Ali 'Imrân: 122)**

Janganlah bersedih! Anggap saja diri Anda tidak akan hidup kecuali sehari saja, sehingga mengapa Anda harus bersedih dan marah pada hari ini?

Dalam sebuah atsar disebutkan: *Ketika pagi tiba, janganlah menunggu sore; dan ketika sore tiba, janganlah menunggu datangnya pagi.*

Artinya, hiduplah dalam batasan hari ini saja. Jangan mengingat-ingat masa lalu, dan jangan pula was-was dengan masa yang akan datang.

Seorang penyair berkata,

Yang lalu telah berlalu, dan harapan itu masih gaib

dan engkau pasti punya waktu di mana engkau harus ada

Menyibukkan diri dengan mengingat masa lalu, dan meratapi kembali kegetiran-kegetiran hidup yang pernah terjadi dan telah berlalu, adalah sebuah ketololan dan kegilaan.

Pepatah Cina menyebutkan: "Jangan dulu menyeberangi jembatan sebelum Anda sampai di jembatan itu."

Artinya, jangan bersikap apriori terhadap kejadian-kejadian yang belum tentu terjadi, sampai Anda benar-benar mengalami dan merasakan-nya sendiri.

Salah seorang ulama salaf mengatakan: "Wahai anak Adam, hidupmu itu tiga hari saja: hari kemarin yang telah berlalu, hari esok yang belum datang, dan hari ini di mana Anda harus bertakwa kepada Allah!"

Bagaimana orang yang masih menanggung beban berat kesedihan masa lalu dan kecemasan terhadap masa depan dapat hidup tenang hari

ini? Bagaimana mungkin orang yang selalu mengingat-ingat sesuatu yang telah lewat dan telah berlalu akan tenang dalam hidupnya hari ini? Pasalnya, pastilah waktunya akan habis untuk meratapi semua kesedihan yang telah berlalu itu. Dan pada akhirnya, semua itu sama-sama tidak ada gunanya.

Atsar yang berbunyi: *Jika pagi tiba, janganlah menunggu sore; dan jika sore tiba, janganlah menunggu hingga waktu pagi,* dapat pula diartikan bahwa Anda harus membatasi angan-angan Anda, menunggu ajal yang sewaktu-waktu menjemput Anda, dan selalu berbuat yang terbaik. Jangan larut dalam kecemasan-kecemasan di luar hari ini. Kerahkan segala kemampuan untuk hari ini. Berbuatlah semaksimal mungkin, dan pusatkan konsentrasi Anda untuk melakukan sesuatu dengan cara meningkatkan kualitas moral, menjaga kesehatan, dan memperbaiki hubungan dengan sesama.

Rehat

Jangan bersedih, karena *qadha'* telah ditetapkan, takdir pasti terjadi, pena-pena telah mengering, lembaran-lembaran catatan ketentuan pun telah dilipat, dan semua perkara telah habis ditetapkan. Betapapun, kesedihan Anda tidak akan mengajukan atau mengundurkan kenyataan yang akan terjadi, dan tidak pula akan menambahkan atau menguranginya.

Jangan bersedih, sebab kesedihan itu akan mendorong Anda untuk menghentikan putaran roda zaman, mengikat matahari agar tak terbit, memutar jarum jam kembali ke masa lalu, berjalan ke belakang, dan membawa air sungai kembali ke sumbernya semula.

Jangan bersedih, sebab rasa sedih itu laksana angin puyuh yang hanya akan mengacaukan arah angin, membuat air bah di mana-mana, mengubah cuaca langit, dan menghancurkan bunga-bunga nan indah yang ada di taman.

Jangan bersedih, sebab orang yang bersedih itu ibarat seorang wanita yang mengurai pintalan tenun setelah kuat pintalannya, ibarat seorang yang meniup wadah yang berlubang, dan ibarat seseorang yang menulis di atas air dengan tangannya.

Jangan bersedih, sebab usia Anda yang sebenarnya adalah kebahagiaan dan ketenangan hati Anda. Oleh sebab itu; jangan habiskan usia Anda dalam kesedihan, jangan boroskan malam-malam Anda dalam kecemasan, jangan berikan menit-menit Anda untuk kegundahan, dan jangan berlebihan dalam menyia-nyiakan hidup, sebab Allah tidak suka terhadap orang-orang yang berlebihan.

Jangan Bersedih, Karena *Rabb* Maha Pengampun Dosa dan Penerima Taubat!

Firman Allah,

> *Katakanlah: "Hai hamba-hamba-Ku yang melampaui batas terhadap diri mereka sendiri, janganlah kamu berputus asa dari rahmat Allah. Sesungguhnya, Allah mengampuni dosa-dosa semuanya. Sesungguhnya, Dia-lah Yang Maha Pengampun lagi Maha Penyayang."* **(QS. Az-Zumar: 53)**

Tidakkah firman Allah ini dapat melapangkan hati, menghilangkan keresahan, dan menghapuskan kegundahan Anda?

Tampak bahwa Allah sengaja menyapa manusia dengan kalimat *"Wahai hamba-hamba-Ku..."* Adapun tujuannya, tak lain adalah menyatukan hati para hamba-Nya dan menyentuh perasaan mereka agar mendengarkan ayat tersebut dengan baik. Setelah itu, terlihat bahwa Dia mengkhususkan firman-Nya itu untuk orang-orang yang melampaui batas. Itu dilakukan Allah karena mereka merupakan golongan manusia yang paling banyak melakukan dosa dan kesalahan. Nah, bagaimana dengan kita yang tentu saja juga sering melakukan dosa dan kesalahan?

Dalam ayat tersebut, Allah juga melarang hamba-Nya berputus asa dalam memohon ampunan Allah. Allah mengabarkan pula bahwa Dia akan mengampuni siapa saja yang bertobat kepada-Nya, baik dari dosa-dosa kecil maupun yang besar.

Tidakkah Anda merasa gembira dan bahagia dengan firman Allah s.w.t.,

> *Dan, (juga) orang-orang yang apabila mengerjakan perbuatan keji atau menganiaya diri mereka sendiri, mereka ingat akan Allah, lalu memohon ampun terhadap dosa-dosa mereka dan siapa lagi yang dapat mengampuni dosa selain dari pada Allah? Dan mereka tidak meneruskan perbuatan keji itu, sedang mereka mengetahui.* **(QS. Ali 'Imrân: 135)**

Juga firman-Nya,

> *Dan, barangsiapa mengerjakan kejahatan dan menganiaya dirinya, kemudian ia memohon ampun kepada Allah, niscaya ia mendapati Allah Maha Pengampun lagi Maha Penyayang.* **(QS. An-Nisâ` : 110)**

Firman-Nya yang lain,

Jika kamu menjauhi dosa-dosa besar di antara dosa-dosa yang dilarang kamu mengerjakannya, niscaya Kami hapus kesalahan-kesalahanmu (dosa-dosamu) yang kecil dan Kami masukkan kamu ke tempat yang mulia (surga).
(QS. An-Nisâ` : 31)

Firman-Nya yang lain,

Sesungguhnya jika mereka ketika menganiaya dirinya datang kepadamu, lalu memohon ampun kepada Allah, dan rasulpun memohonkan ampun untuk mereka, tentulah mereka mendapati Allah Maha Penerima taubat lagi Maha Penyayang. **(QS. An-Nisâ` : 64)**

Dan, sesungguhnya Aku Maha Pengampun bagi orang yang bertaubat, beriman, beramal salih, kemudian tetap di jalan yang benar.
(QS. Thâhâ: 82)

Tatkala Musa membunuh seseorang maka dia berkata:

"Hai Rabb-ku, ampunilah aku," maka Dia mengampuninya.
(QS. Al-Qashash: 16)

Juga firman Allah yang menjelaskan tentang Nabi Daud setelah bertobat dan Allah mengampuninya,

Maka Kami ampuni baginya kesalahannya itu. Dan sesungguhnya, dia mempunyai kedudukan yang sangat dekat Pada sisi Kami dan tempat kembali yang baik. **(QS. Shâd: 25)**

Sungguh, Allah benar-benar Maha Pengasih dan Maha Mulia. Bagaimana tidak, Dia masih menawarkan rahmat dan *maghfirah*-Nya kepada orang-orang yang meyakini trinitas. Firman Allah tentang mereka,

Sesungguhnya kafirlah orang-orang yang mengatakan: "Bahwasanya Allah adalah salah satu dari yang tiga," padahal sekali-kali tidak ada Ilah selain dari Ilah Yang Esa. Jika mereka tidak berhenti dari apa yang mereka katakan itu, pasti orang-orang yang kafir di antara mereka akan ditimpa azab yang pedih. Maka, mengapa mereka tidak bertaubat kepada Allah dan memohon ampun kepada-Nya? Dan Allah Maha Pengampun lagi Maha Penyayang.
(QS. Al-Mâ`idah: 73-74)

Dalam sebuah hadits shahih, Rasulullah s.a.w. bersabda, *"Allah Yang Maha Tinggi berfirman: "Wahai anak Adam, sesungguhnya jika kamu berdoa kepada-Ku dan mengharapkan-Ku maka Aku akan mengampunimu atas semua dosa*

yang kamu lakukan, dan Aku tidak peduli. Wahai anak Adam, andaikata dosa-dosamu itu sampai ke puncak langit kemudian kamu meminta ampunan kepada-Ku niscaya Aku ampuni dan Aku tidak peduli. Wahai anak Adam, seandainya kamu datang kepada-Ku dengan dosa yang besarnya seisi bumi seluruhnya, kemudian datang menemui-Ku dan tidak menyekutukan Aku dengan yang lain niscaya Aku akan datang kepadamu dengan ampunan yang besarnya seisi bumi seluruhnya."

Dalam sebuah hadits shahih yang lain Rasulullah bersabda, *"Sesungguhnya Allah membentangkan tangan-Nya pada malam hari agar orang-orang yang melakukan dosa pada siang hari bertobat dan Dia membentangkan tangan-Nya di siang hari agar orang yang melakukan kesalahan di malam hari bertobat, hingga nanti ketika matahari terbit dari arah barat."*

Dalam sebuah hadits *qudsi* disebutkan: *"Wahai hamba-hamba-Ku, sesungguhnya kalian melakukan dosa di malam hari, sedangkan Aku mengampuni semua dosa. Maka, mintalah kalian semua ampunan kepada-Ku, niscaya Aku akan mengampuni kalian."*

Dalam sebuah hadits shahih yang lain disebutkan: *"Demi Dzat yang jiwaku ada di tangan-Nya. Seandainya kalian tidak melakukan dosa niscaya Allah akan menghilangkan kalian, dan akan mendatangkan kaum yang lain yang melakukan dosa-dosa namun memohon ampunan kepada Allah, yang kemudian Dia akan mengampuni mereka."*

Juga disebutkan dalam hadits shahih yang lain: *"Kalian semua adalah orang-orang yang sering melakukan kesalahan, dan sebaik-baik orang yang melakukan kesalahan adalah orang yang bertobat."*

Pada kesempatan yang lain Rasulullah juga bersabda, *"Allah lebih gembira dengan taubat seorang hamba-Nya di antara kalian, yang berada di atas kendaraannya, yang telah tersedia makanan dan minuman. Kemudian kendaraannya itu hilang di padang pasir. Ia mencarinya ke sana kemari hingga putus asa, dan ia pun tertidur. Pada saat terbangun, kendaraannya itu sudah berada di dekat kepalanya. Kemudian dia berkata, 'Ya Allah, Engkau adalah hambaku dan Aku adalah Rabb-Mu.' Ia salah mengucapkan karena saking gembiranya."*

Dalam riwayat shahih yang lain Rasulullah bersabda, *"Sesungguhnya seorang hamba yang melakukan sebuah dosa kemudian ia mengucapkan: 'Ya Allah, ampunilah dosaku, sesungguhnya tidak ada yang bisa memberi ampunan terhadap dosa-dosa kecuali Engkau.' Kemudian ia kembali melakukan dosa, dan setelah itu berdoa kembali: 'Ya Allah, ampunilah dosaku sesungguhnya tidak ada yang bisa memberi ampunan terhadap dosa-dosa kecuali Engkau.' Kemudian kembali melakukan dosa, dan berdoa kembali: 'Ya Allah, ampunilah dosaku, karena*

sesungguhnya tidak ada yang berhak memberi ampunan terhadap dosa-dosa kecuali Engkau.' Allah berfirman: 'Hamba-Ku tahu bahwa ia memiliki Rabb yang bisa menjatuhkan siksa atas dosa yang dilakukannya dan bisa pula memberikan ampunan terhadap dosa itu. Maka hamba-Ku pun melakukan semaunya'."

Singkatnya, selama hamba itu bertaubat, meminta ampunan dan menyesali perbuatannya, maka Allah akan mengampuninya.

Jangan Bersedih, Semua Hal Akan Terjadi Sesuai Qadha' dan Qadar!

Segala sesuatu itu ada dan akan terjadi sesuai dengan ketentuan *qadha'* dan *qadar*-nya. Ini merupakan keyakinan orang-orang Islam dan para pengikut setia Rasulullah s.a.w. Yakni, keyakinan mereka bahwa segala sesuatu di dunia ini tidak akan pernah ada dan terjadi tanpa sepengetahuan, izin, dan ketentuan Allah.

> *Tiada suatu bencana pun yang menimpa di bumi dan (tidak pula) pada dirimu sendiri melainkan telah tertulis di dalam kitab (Lauh Mahfudz) sebelum Kami menciptakannya. Sesungguhnya, yang demikian itu adalah mudah bagi Allah.* **(QS. Al-Hadîd: 22)**

> *Sesungguhnya, Kami menciptakan segala sesuatu menurut ukuran.* **(QS. Al-Qamar: 49)**

> *Dan, sungguh akan Kami berikan cobaan kepadamu, dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa, dan buah-buahan. Dan berikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar.* **(QS. Al-Baqarah: 155)**

Dalam sebuah hadits disebutkan: *"Sungguh unik perkara orang mukmin itu! Semua perkaranya adalah baik. Jika mendapat kebaikan ia bersyukur, maka itu menjadi sebuah kebaikan baginya. Dan jika ditimpa musibah ia bersabar, maka itu juga menjadi sebuah kebaikan baginya. Dan ini hanya akan terjadi pada orang mukmin."*

Rasulullah juga bersabda: *"Jika engkau memohon, maka memohonlah kepada Allah, dan engkau minta pertolongan mintalah kepada Allah. Ketahuilah bahwa seandainya seluruh makhluk itu berkumpul untuk memberikan manfaat kepadamu berupa sesuatu, niscaya mereka tidak akan mampu memberikan manfaat kepadamu selain berupa sesuatu yang telah ditetapkan Allah bagimu. Dan, se-*

andainya mereka semua berkumpul untuk mencelakakanmu dengan sesuatu, niscaya mereka tidak akan mampu mencelakakanmu kecuali dengan sesuatu yang ditetapkan Allah atasmu. Pena-pena telah kering dan lembaran-lembaran telah dilipat."

Dalam sebuah hadits shahih yang lain disebutkan: *"Ketahuilah bahwa apa yang menimpamu tidak akan luput darimu, dan apa yang tidak akan menimpamu tidak akan pernah menimpamu."*

Juga diriwayatkan dari Rasulullah, beliau bersabda, *"Pena telah kering, wahai Abu Hurairah, berkaitan dengan apa yang akan engkau hadapi."*

Beliau juga bersabda, *"Kejarlah apa yang bermanfaat untukmu, dan mintalah pertolongan kepada Allah. Jangan mudah menyerah dan jangan pernah berkata, 'Kalau saja aku melakukan yang begini pasti akan jadi begini.' Tapi katakanlah, 'Allah telah mentakdirkan, dan apa yang Dia kehendaki pasti akan Dia lakukan'."*

Dalam sebuah hadits shahih yang diriwayatkan dari Rasulullah dia bersabda, *"Allah tidak menentukan sebuah* qadha` *bagi hamba kecuali* qadha` *itu baik baginya."*

Pernah sebuah pertanyaan tentang kemaksiatan dilontarkan kepada Syaikhul Islam ibnu Taimiyah, "Apakah maksiat itu baik bagi seorang hamba?"

Dia menjawab, "Ya! Namun dengan syarat dia harus menyesali, bertaubat, beristighfar, dan merasa sangat bersalah."

Allah berfirman,

> *Boleh jadi kamu membenci sesuatu, padahal ia amat baik bagimu, dan boleh jadi (pula) kamu menyukai sesuatu, padahal ia amat buruk bagimu. Allah mengetahui sedang kamu tidak mengetahui.* **(QS. Al-Baqarah: 216)**

Dua bait syair berbunyi:

Ini adalah takdir maka celalah aku atau tinggalkan

semua takdir akan berjalan walau terhadap lubang jarum.

Jangan Bersedih, Tunggulah Jalan Keluar!

Dalam sebuah hadits yang diriwayatkan Imam Tirmidzi disebutkan: *"Sebaik-baik ibadah adalah menunggu jalan keluar."*

Bukankah subuh itu sudah dekat? **(QS. Hûd: 81)**

Cahaya fajar bagi orang-orang yang ditimpa kesedihan itu telah menyeruak, maka jelanglah pagi dan tunggulah kemenangan dari sang penakluk.

Orang Arab berkata, "Jika seutas tali sudah sangat meregang, niscaya ia akan segera putus! Artinya: Jika persoalannya sudah kritis, maka tunggulah jalan keluar.

Allah berfirman,

Barangsiapa yang bertakwa kepada Allah, niscaya Dia akan mengadakan baginya jalan keluar. **(QS. Ath-Thalâq: 2)**

Dan, barangsiapa yang bertakwa kepada Allah, niscaya Dia akan menghapus kesalahan-kesalahannya dan akan melipatgandakan pahalanya. **(QS. Ath-Thalâq: 5)**

Dan, barangsiapa yang bertakwa kepada Allah niscaya Allah akan menjadikan baginya jalan kemudahan dalam urusannya. **(QS. Ath-Thalâq: 4)**

Salah seorang penyair berkata,

Betapa banyak jalan keluar yang datang setelah rasa putus asa

dan betapa banyak kegembiraan datang setelah kesusahan.

Siapa yang berbaik sangka pada Pemilik 'Arasy dia akan memetik

manisnya buah yang dipetik di tengah-tengah pohon berduri

Dalam sebuah hadits Qudsi disebutkan: *"Aku sesuai sangkaan hamba-Ku kepada-Ku, maka ia bebas berprangsaka apa saja kepada-Ku."*

Allah berfirman,

Sehingga apabila para rasul tidak mempunyai harapan lagi tentang keimanan mereka dan telah meyakini bahwa mereka telah didustakan, datanglah kepada para rasul itu pertolongan Kami, lalu diselamatkanlah orang-orang yang Kami kehendaki. **(QS. Yûsuf: 110)**

Maka, sesungguhnya bersama dengan kesulitan itu ada kemudahan. Sesungguhnya bersama kesulitan itu ada kemudahan. **(QS. Al-Insyirâh: 5-6)**

Ada sebuah pernyataan yang beredar di kalangan ahli tafsir, yang bahkan menurut sebagian dari mereka ditetapkan sebagai hadits. Pernya-

taan berbunyi demikian: "*Satu kesulitan tidak akan pernah mengalahkan dua kemudahan.*"

Allah berfirman,

Barangkali Allah mengadakan sesudah itu suatu hal yang berat.
(QS. Ath-Thalâq: 1)

Ingatlah, sesungguhnya pertolongan Allah itu amat dekat.
(QS. Al-Baqarah: 214)

Sesungguhnya rahmat Allah sangat dekat kepada orang-orang yang berbuat baik. **(QS. Al-A'râf: 56)**

Dalam sebuah hadits shahih disebutkan: "*Ketahuilah bahwa pertolongan itu ada bersama dengan kesabaran dan jalan keluar itu akan selalu beriringan dengan cobaan.*"

Seorang penyair berkata,

Jika persoalan telah sangat sulit, tunggulah jalan keluarnya,
sebab ia akan segera menemukan jalan keluarnya.

Penyair yang lain berkata,

Banyak mata yang tetap melek dan banyak pula yang tidur
dalam masalah yang mungkin terjadi atau tidak akan terjadi
Tinggalkanlah kesedihan sedapat yang engkau lakukan sebab
jika engkau terus bersedih engkau akan berubah menjadi gila
Sesungguhnya Rabb *yang telah mencukupimu sebelumnya*
Dia kan mencukupimu besok dan hari-hari mendatang

Penyair yang lain mengatakan,

Biarkanlah takdir berjalan dengan tali kekangnya
dan janganlah engkau tidur kecuali dengan hati yang bersih
Tak ada di antara kerdipan mata dan meleknya
kecuali Allah kan mengubah dari kondisi ke kondisi lainnya.

Rehat

Jangan bersedih, karena kesedihan itu akan membuat harta yang tersimpan di lemari-lemari Anda yang indah, di istana-istana Anda yang megah, dan di dalam kebun-kebun Anda yang hijau itu hanya akan menambah kecemasan dan kesedihan Anda saja.

Jangan bersedih, karena kesedihan itu akan membuat obat yang diberikan dokter, dijual di apotik, dan diagnosa seorang dokter tidak akan pernah membahagiakan diri Anda. Apalagi bila Anda masih menanamkan kesedihan dalam hati, menggantungkan kesedihan di dalam kedua kelopak mata, membiarkan diri Anda untuk dimasuki kesedihan itu, dan menyusupkannya di bawah kulit, maka semua itu hanya akan sia-sia.

Jangan bersedih; karena Anda masih memiliki doa, Anda boleh bersimpuh di depan pintu-pintu Tuhan Yang Maha Kuasa, dan Anda dapat memperoleh ketenangan di depan pintu-pintu Sang Raja Diraja. Anda juga masih memiliki waktu sepertiga akhir malam dan masih memiliki waktu untuk menempelkan dahi ke tanah, alias bersujud.

Jangan bersedih; karena Allah telah menciptakan bumi dengan segala isinya, telah menumbuhkan taman-taman yang memberikan pemandangan indah, kebun-kebun yang berisi tumbuh-tumbuhan yang indah, rimbun dan taman-taman dengan tumbuh-tumbuhan yang indah untukmu, kurma-kurma yang tinggi-tinggi yang mempunyai mayang yang bersusun-susun, bintang-bintang yang bercahaya, hutan belantara, dan sungai-sungai. Namun Anda bersedih!

Jangan bersedih; karena Anda masih dapat minum air yang jernih, menghirup udara yang segar, berjalan di atas kedua kaki tanpa menggunakan alas kaki, dan Anda juga masih dapat tidur pada malam hari dengan nyenyak.

Jangan Bersedih, Perbanyaklah Istighfar Karena Allah Maha Pengampun!

Maka, aku katakan kepada mereka: "Mohon ampunlah kepada Rabb-mu, sesungguhnya Dia adalah Maha Pengampun. Niscaya Dia akan mengirimkan hujan kepadamu dengan lebat. Dan membanyakkan harta dan anak-anakmu, dan mengadakan untukmu kebun-kebun dan mengadakan pula di dalamnya untukmu sungai-sungai." **(QS. Nûh: 10-12)**

Perbanyaklah membaca *istighfar* agar Anda dapat menemukan jalan keluar, mendapatkan ketenangan batin, harta yang halal, keluarga yang salih, dan hujan yang deras.

Allah berfirman,

Dan, hendaklah kamu meminta ampun kepada Rabb-mu dan bertaubat kepada-Nya. (Jika kamu mengerjakan yang demikian), niscaya Dia akan memberi kenikmatan yang baik (terus menerus) kepadamu sampai kepada waktu yang telah ditentukan dan Dia akan memberi kepada tiap-tiap orang yang mempunyai keutamaan (balasan) keutamaannya. **(QS. Hûd: 3)**

Dalam sebuah hadits disebutkan: *"Barangsiapa memperbanyak* istighfar, *niscaya Allah akan memberikan jalan keluar untuk setiap kecemasan dan akan membukakan pintu keluar dari setiap kesempitan."*

Anda harus banyak membaca *sayyidul istighfar,* sebagaimana termuat dalam hadits *Sha<u>h</u>î<u>h</u>* Bukhari:

اللّهُمَّ أَنْتَ رَبِّي لاَ إِلهَ إِلاَّ أَنْتَ خَلَقْتَنِي وَأَنا عَبْدُكَ، وَأَنا عَلَيَ عَهْدِكَ وَوَعْدِكَ ما اسْتَطَعْتُ، أَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ ما صَنَعْتُ أَبُوءُ لَكَ بِنِعْمَتِكَ عَلَيَّ، وَأَبُوءُ بِذَنْبِي فَاغْفِرْلِي، فَإِنَّهُ لاَيَغْفِرُ الذُّنُوبَ إِلاَّ أَنْتَ

"Ya Allah, Engkau adalah Rabb-ku, tidak ada Ilah selain Engkau. Engkau ciptakan aku, dan aku adalah hamba-Mu. Aku akan menjalankan semua janjiku untuk-Mu dengan segala kemampuanku. Aku berlindung kepada-Mu dari keburukan yang aku lakukan. Aku kembali kepada-Mu dengan segala nikmat-Mu atasku dan aku mengakui dosa-dosaku, maka ampunilah aku karena tidak ada yang memberi ampunan terhadap dosa-dosa kecuali Engkau."

Jangan Bersedih, Ingatlah Allah Selalu!

Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah-lah hati menjadi tenang.
(QS. Ar-Ra'd: 28)

Karena itu, ingatlah kamu kepada-Ku, niscaya Aku ingat (pula) kepadamu. **(QS. Al-Baqarah: 152)**

Laki-laki dan perempuan yang banyak mengingat Allah.
(QS. Al-A<u>h</u>zâb: 35)

Wahai orang-orang yang beriman, banyaklah kamu mengingat nama Allah dan bertasbihlah di waktu pagi dan petang. **(QS. Al-A<u>h</u>zâb: 41)**

Hai orang-orang yang beriman, janganlah harta-hartamu dan anak-anakmu melalaikan kamu dari mengingat Allah. **(QS. Al-Munâfiqûn: 9)**

Dan, ingatlah Rabb-mu jika kamu lupa. **(QS. Al-Kahfi: 24)**

Dan, bertasbihlah dengan memuji Rabb-mu ketika kamu bangun berdiri. Dan bertasbihlah kepada-Nya pada beberapa saat di malam hari dan di waktu terbenam bintang-bintang (di waktu fajar). **(QS. Ath-Thûr: 48-49)**

Hai orang-orang yang beriman, apabila kamu memerangi pasukan (musuh), maka berteguh hatilah kamu dan sebutlah (nama) Allah sebanyak-banyaknya agar kamu beruntung. **(QS. Al-Anfâl: 45)**

Disebutkan dalam hadits shahih: *"Perumpamaan orang yang mengingat Rabb-nya dan yang tidak mengingat Rabb-nya adalah seperti orang yang hidup dan orang yang mati."*

Rasulullah juga bersabda, *"Para mufarridun akan mendahului".*

Para sahabat bertanya, "Siapakah para mufarridun itu, wahai Rasulullah?"

Rasulullah bersabda, "Kaum laki-laki dan perempuan yang mengingat Allah."

Dalam hadits shahih yang lain disebutkan: *"Maukah aku beritahukan kepada kalian suatu amal yang paling baik dan paling suci dalam pandangan Raja kalian, dan lebih baik dari menginfakkan emas dan uang, dan lebih baik dari pada kalian menemui musuh kalian, lalu kalian saling menyabetkan pedang ke leher masing-masing?"*

Para sahabat menjawab, *"Silakan, wahai Rasulullah!" Rasulullah bersabda, "Dzikir kepada Allah!"*

Dalam sebuah hadits dikisahkan, syahdan seseorang mendatangi Rasulullah dan berkata kepadanya, "Wahai Rasulullah, sesungguhnya syariat Islam telah terlalu banyak untukku, sementara usiaku sudah tua, maka kabarkanlah kepadaku sesuatu yang dapat aku pegang teguh."

Rasulullah menjawab, *"Selama lidahmu basah dengan berdzikir kepada Allah."*

Jangan Bersedih dan Putus Asa dari Rahmat Allah!

Sesungguhnya, tiada berputus asa dari rahmat Allah kecuali orang-orang kafir. **(QS. Yûsuf: 87)**

Sehingga apabila para rasul tidak mempunyai harapan lagi (tentang keimanan mereka) dan meyakini bahwa mereka telah didustakan, datanglah kepada para rasul itu pertolongan Kami, lalu diselamatkan orang-orang yang Kami kehendaki. **(QS. Yûsuf: 110)**

Maka Kami telah memperkenankan doanya dan menyelamatkannya dari kedukaan. Dan, demikianlah Kami selamatkan orang-orang yang beriman. **(QS. Al-Anbiyâ`: 88)**

Dan, kamu menyangka kepada Allah dengan bermacam-macam prasangka. Di situlah diuji orang-orang mukmin dan digoncangkan hatinya dengan goncangan yang sangat. **(QS. Al-Ahzâb: 10-11)**

Jangan Bersedih Karena Gangguan Orang Lain, dan Maafkanlah Orang yang Berbuat Jahat Kepada Anda!

Harga hukuman (*qisash*) yang paling mahal adalah yang harus dibayarkan oleh seorang pendendam dan pendengki saat ia mendengki orang lain. Pasalnya, ia harus membayar semua itu dengan hati, daging, darah, perasaan, kedamaian, ketentraman, dan kebahagiaannya. Maka, betapa meruginya seorang pendengki.

Allah telah mengabarkan kepada kita tentang obat dan penyembuhan dari penyakit ini,

Dan, orang-orang yang menahan amarahnya dan memaafkan (kesalahan) orang. **(QS. Ali 'Imrân: 134)**

Jadilah kamu pemaaf dan suruhlah orang mengerjakan yang ma'ruf, serta berpalinglah dari orang-orang yang bodoh. **(QS. Al-A'râf: 199)**

Tolaklah (kejahatan) itu dengan cara yang lebih baik, dan tiba-tiba orang yang antara kamu dan dia ada permusuhan, seolah-olah dia telah menjadi teman yang amat setia. **(QS. Fushshilat: 34)**

Jangan Bersedih Atas Kegagalan, Karena Anda Masih Memiliki Banyak Kenikmatan!

Renungkanlah: betapa banyaknya nikmat dan karunia Allah yang Ada pada Anda. Lalu, bersyukurlah kepada-Nya atas semua itu, dan sadarilah bahwa Anda benar-benar telah bergelimang dengan pemberian-Nya.

Allah berfirman,

Dan, jika kamu menghitung-hitung nikmat Allah, niscaya kamu tidak akan mampu menghitungnya. **(QS. Ibrahîm: 34)**

Dan, menyempurnakan untukmu nikmat-Nya lahir dan batin. **(QS. Luqmân: 20)**

Dan, apa saja nikmat yang ada pada kamu, maka dari Allahlah datangnya. **(QS. An-Nahl: 53)**

Allah menegaskan betapa besarnya kenikmatan yang Dia berikan kepada hamba-hamba-Nya sebagaimana berikut,

Bukankah Kami telah memberikan kepadanya kedua mata, Lidah dan dua bibir. Dan Kami telah menunjukkan kepadanya dua jalan. **(QS. Al-Balad: 8-10)**

Ada banyak kenikmatan yang terus mengalir: nikmat kehidupan, nikmat kesehatan, nikmat pendengaran, nikmat penglihatan, nikmat kedua tangan dan kedua kaki, nikmat air dan udara, dan nikmat makanan. Dan, yang paling agung dari semua itu adalah nikmat hidayah *rabbaniyah*, yakni agama Islam. Apakah Anda ingin mata Anda dibeli dengan harga satu juta dolar? Apakah Anda ingin menjual kedua telinga Anda dengan harga satu juta dolar? Apakah Anda ingin kedua kaki Anda dibeli dengan harga satu juta dolar? Apakah Anda ingin kedua tangan Anda dibeli dengan harga satu juta dolar? Apakah Anda ingin menjual hati Anda dengan harga satu juta dolar? Betapa banyak harta yang ada di tanganmu namun Anda tidak menunaikan rasa syukurmu.

Jangan Bersedih Atas Sesuatu yang Tak Pantas Anda Sedihkan

Kebahagiaan seseorang akan semakin bertambah, berkembang, dan mengakar adalah manakala ia mampu mengabaikan semua hal sepele yang tak berguna. Karena, orang yang berambisi tinggi adalah yang lebih memilih akhirat.

Syahdan, seorang ulama *salaf* memberi wasiat kepada saudaranya demikian, "Bawalah ambisimu itu ke satu arah saja, yakni bertemu dengan Allah, bahagia di akhirat, dan damai di sisi-Nya."

> *Pada hari itu kamu dihadapkan (kepada Rabb-mu), tiada sesuatu pun dari keadaanmu yang tersembunyi bagi Allah.* **(QS. Al-Hâqqah: 18)**

Tidak ada ambisi yang lebih mulia selain ambisi yang demikian itu. Apalah arti sebuah ambisi yang hanya tertuju pada kepada kehidupan ini saja. Karena, semua itu hanya akan bermuara pada ambisi untuk meraih kedudukan, jabatan, emas perak, anak-anak, harta benda, nama besar dan kemasyhuran, istana-istana dan rumah-rumah besar yang kesemuanya ini akan musnah dan sirna.

Allah s.w.t. menggambarkan salah satu sifat musuh-musuh-Nya, yakni kaum munafik sebagaimana berikut:

> *Sedangkan yang segolongan lagi telah dicemaskan oleh diri mereka sendiri. Mereka menyangka yang tidak benar terhadap Allah.*
> **(QS. Ali 'Imrân: 154)**

Begitulah, mereka hanya berambisi memuaskan hawa nafsu, perut, dan syahwat mereka. Maka, mereka pun tak memiliki ambisi yang lebih tinggi dari itu.

Syahdan, tatkala Rasulullah membaiat para sahabat di bawah suatu pohon, ada seorang munafik yang justru meninggalkan baiat itu untuk mencari untanya yang berwarna merah. Dan orang itu berkata, "Aku akan lebih bahagia dengan menemukan untaku daripada aku ikut baiat yang kalian lakukan itu." Maka Rasulullah pun berkata, "Kalian semua mendapat ampunan, kecuali pemilik unta merah ini."

Bahkan, orang munafik seringkali tak hanya ingin menyesatkan dirinya sendiri, tetapi juga acapkali mengajak para sahabat yang lain. Terbukti, mereka misalnya pernah berkata, "Tak usahlah kalian berangkat perang pada saat panas-panas begini." Maka, Allah pun menimpali demikian,

Katakanlah: "Api neraka Jahannam itu jauh lebih panas."
(QS. At-Taubah: 81)

Orang munafik yang lain pernah berkata,

Berilah saya izin (tidak pergi berperang) dan janganlah kamu menjadikan saya terjerumus ke dalam fitnah. **(QS. At-Taubah: 49)**

Itulah orang munafik. Dia hanya memikirkan keuntungan pribadinya saja.

Ketahuilah, bahwa mereka telah terjerumus ke dalam fitnah.
(QS. At-Taubah: 49)

Selain itu, orang munafik selalu mencemaskan harta dan keluarganya saja. Terbukti, mereka pernah berkata,

Harta dan keluarga kami telah merintangi kami, maka mohonkanlah ampunan bagi kami. **(QS. Al-Fath: 11)**

Demikianlah, semua ambisi dan keinginan mereka itu sangat rendah sekali dan tak bernilai. Dan, ambisi seperti itu hanya akan dikejar oleh orang-orang bodoh yang tak berharga. Lain halnya dengan para sahabat yang agung, karena mereka selalu mengharapkan keutamaan dan keridhaan dari Allah.

Jangan Bersedih, Usirlah Setiap Kegalauan!

Berhentinya seorang mukmin dari beraktivitas adalah kelalaian. Kekosongan adalah musuh yang mematikan, dan kesenggangan adalah sebuah kemalasan. Dan, kebanyakan orang yang selalu gundah dan hidup dalam kecemasan adalah mereka yang terlalu banyak waktu senggangnya dan sedikit aktivitasnya. Adapun manfaat yang mereka dapatkan dari semua itu adalah hanya sekadar desas-desus dan omong kosong yang tak berguna. Itulah keuntungan yang juga diraih oleh mereka yang tak pernah mengerjakan amalan yang bermakna dan berbuah pahala.

Oleh sebab itu, hendaknya kamu senantiasa bergerak, bekerja, mencari, membaca, membaca al-Qur'an, bertasbih, menulis atau mengunjungi sahabat. Gunakan waktu sebaik-baiknya, dan jangan biarkan ada satu menit pun yang terbuang sia-sia! Ingat, sehari saja Anda kosong tak bergerak, niscaya kegundahan, keresahan godaan dan bisikan setan akan mudah me-

nyelinap dalam tubuh Anda! Dan bila sudah demikian, maka Anda akan menjadi lapangan permainan para setan.

Jangan Bersedih Bila Kebaikan Anda Tak Dihargai Orang, Sebab yang Anda Cari Adalah Pahala dari Allah!

Niatkan semua amal perbuatan itu hanya karena Allah semata dan jangan pernah mengharap terima kasih dari orang lain! Jangan pernah resah dan gundah karena kebaikan Anda pada orang lain justru dibalas dengan perbuatan keji, atau ketika "tangan putih" yang Anda ulurkan dibalas dengan tamparan yang menyakitkan. Betapapun, apa yang Anda cari seharusnya hanya pahala kebaikan dari Allah.

Allah berfirman tentang wali-wali-Nya,

Mereka mencari karunia Allah dan keridhaan-Nya. **(QS. Al-Fat<u>h</u>: 29)**

Juga tentang nabi-nabi-Nya,

"Aku tidak meminta upah sedikit pun kepadamu atas dakwahku." **(QS. Shâd: 86)**

Katakanlah: "Upah apapun yang aku minta kepadamu, maka itu untuk kamu." **(QS. Sabâ` : 47)**

Padahal tidak ada seorang pun memberikan suatu nikmat kepadanya yang harus dibalasnya. **(QS. Al-Lail: 19)**

Sesungguhnya kami memberi makanan kepadamu hanyalah untuk mengharapkan keridhaan Allah, kami tidak menghendaki balasan dari kamu dan tidak pula (ucapan) terima kasih. **(QS. Al-Insân: 9)**

Seorang penyair berkata,

Siapa yang berbuat baik tidak akan sirna pahalanya
dan tak akan sirna kebaikannya di sisi Allah dan manusia.

Berbuat baiklah hanya untuk Yang Maha Esa, sebab hanya Dia-lah yang akan memberi pahala. Dia lah yang akan memberi karunia. Allah lah yang akan menjatuhkan sanksi, membalas setiap amal. Dan, Dia yang akan meridhai dan juga murka. Maha Suci dan Maha Tinggi Allah.

Ketika para sahabat banyak yang terbunuh sebagai syuhada di kota Kandahar, Umar berkata kepada para sahabat yang tersisa, "Siapa saja yang terbunuh?" Maka disebutkanlah sejumlah nama. "Dan, masih banyak lagi yang tak kau kenal," jawab para sahabat itu. Maka tiba-tiba kedua mata Umar meneteskan air mata, dan seketika itu ia menimpali, "Tapi Allah mengetahui mereka."

Alkisah, ada seorang salih memberi sepiring makanan kepada orang yang buta. Konon, ketika mengetahui akan hal itu, keluarga orang salih itu berkata, "Bukankah orang buta itu tidak tahu apa yang dimakannya."

"Tapi, bukankah Allah mengetahuinya.," jawab orang salih itu.

Selama Allah masih melihat dan mengetahui kebaikan yang Anda lakukan, serta mengetahui keutamaan yang Anda ulurkan, maka janganlah mengharapkan pujian dari orang lain.

Jangan Bersedih Atas Cercaan dan Hinaan Orang!

Mereka sekali-kali tidak akan dapat membuat mudharat kepada kamu, selain dari gangguan-gangguan celaan saja. **(QS. Ali 'Imrân: 111)**

Dan, janganlah kamu bersedih hati terhadap (kekafiran) mereka dan janganlah kamu bersempit dada terhadap apa yang mereka tipu dayakan.

(QS. An-Nahl: 127)

Dan, janganlah kamu hiraukan gangguan-gangguan mereka dan bertawakallah kepada Allah. Dan, cukuplah Allah sebagai peindung.

(QS. Al-Ahzâb: 48)

Maka, Allah membersihkannya dari tuduhan-tuduhan yang mereka katakan. **(QS. Al-Ahzâb: 69)**

Sebuah hadits *hasan* menyebutkan bahwa Rasulullah pernah bersabda, *"Janganlah kalian menyampaikan kejelekan-kejelekan sahabatku kepadaku, sebab saya ingin keluar menemuimu dalam keadaan dada yang bersih."*

Jangan Bersedih Atas Sesuatu yang Sedikit, Sebab Padanya Terdapat Keselamatan!

Setiap kali raga menikmati kemewahan, ruh sebenarnya merasa tertekan. Dan, dalam situasi yang serba kekurangan itu sebenarnya tersimpan keselamatan. Bersikap *zuhud*di dunia misalnya, ternyata merupakan kesenangan yang hanya akan diberikan Allah kepada hamba-hamba yang disukai-Nya.

Sesungguhnya, Kami mewarisi bumi dan semua orang-orang yang ada di atasnya. **(QS. Maryam: 40)**

Seorang penyair mengatakan,

Air, roti, dan naungan konon

adalah nikmat yang paling besar

Aku mengingkari nikmat Rabb-ku

jika aku berkata itu sedikit saja

Bukankah dunia memang tak lebih dari air dingin, roti yang hangat, dan nenaungan yang teduh?

Penyair yang lain mengatakan,

Curahkan hujan mutiara langit Sardib

dan luapkan sumur-sumur Takruratibra

Jika aku hidup maka aku tidak pernah kehabisan makan

dan jika aku mati tak pernah kehabisan kuburan

Ambisiku adalah ambisi raja dan jiwaku

adalah jiwa merdeka yang melihat kehinaan sebagai kekufuran

Jika aku tidak puas dengan makanan selama hidupku

maka kenapa aku datang menemui Zaid dan Umar

Seperti itulah sikap orang-orang yang hidup dengan berpegang teguh prinsip, jujur dalam dakwah, dan sungguh-sungguh dalam menjalankan risalah mereka.

Jangan Bersedih Atas Apa yang Masih Mungkin Akan Terjadi!

Dalam kitab Taurat disebutkan bahwa kebanyakan hal yang ditakuti tidak pernah terjadi. Ini berarti, kebanyakan kekhawatiran manusia itu tidak akan terjadi. Karena, dalam otak manusia itu memang lebih banyak khayalan daripada kabar kebenaran yang pasti terjadi.

Seorang penyair mengatakan,

Aku berkata pada kalbuku saat didera rasa takut yang mengejutkan,

"Bergembiralah, sebab kebanyakan hal yang kau takuti adalah dusta"

Artinya, manakala sebuah peristiwa terjadi pada diri Anda, atau Anda mendengar ramalan tentang suatu bencana, Anda tak perlu resah, cemas, dan bersedih. Sebab, berita-berita dan kemungkinan-kemungkinan itu tidaklah benar. Jika ada yang mampu mengubah takdir, pastilah akan mencarinya. Namun jika tidak, maka tinggal bagaimana takdir itu harus Anda sikapi.

Dan, aku menyerahkan urusanku kepada Allah. Sesungguhnya, Allah Maha Melihat akan hamba-hamba-Nya. Maka, Allah memeliharanya dari kejahatan tipu daya mereka. **(QS. Al-Mu` min: 44-45)**

Jangan Bersedih Menghadapi Kritikan dan Hinaan!

Sesungguhnya, Anda akan mendapatkan pahala dikarenakan kesabaran Anda menghadapi kritikan dan cercaan itu. Dan kritikan mereka itu, pada dasarnya pertanda bahwa Anda memiliki harga dan derajat. Sebab, manusia tak akan pernah menendang bangkai anjing dan orang-orang yang tak berharga pastilah tak akan pernah terkena sasaran pendengki. Artinya, manakala kritikan yang Anda terima semakin pedas, maka semakin tinggi pula harga Anda.

Seorang penyair mengatakan,

Niscaya terhadap orang-orang mulia itu selalu ada yang mendengki

dan tak kan kau jumpai orang-orang yang hina itu di dengki

Zuher mengatakan,

Mereka selalu didengki karena nikmat yang mereka miliki,
padahal Allah tak akan mencabut apa mereka dengkikan itu

Seorang penyair yang lain berkata,

Mereka tetap dengki padaku maski aku telah mati,
sungguh aneh diriku; kematianku pun mereka dengkikan

Penyair yang lain berkata,

Aku mengeluh karena kezaliman pemfitnah,
dan tidaklah engkau dapatkan manusia yang punya kemuliaan
melainkan akan selalu diterpa kedengkian.
Bila Engkau manusia yang mulia, maka engkau kan selalu didengki.
Namun kala kau miskin tak berharga,
mana mungkin ada yang mendengki.

Penyair lain berkata,

Jika seseorang berhasil menggapai puncak langit kemuliaan
maka musuhnya adalah bintang-bintang di langit kedengkian
Ia akan dilempar dengan busur-busur atas semua kebesarannya
meski apa yang mereka lakukan tidak akan sampai sasaran

Syahdan, ketika Nabi Musa a.s. memohon kepada Allah agar Dia menghentikan kejahatan mulut kaumnya, Allah berfirman, "*Wahai Musa, Aku tidak lakukan itu untuk diri-Ku. Aku menciptakan dan memberi mereka rezeki, namun mereka justru mencela dan mengejek-Ku.*"

Dalam sebuah hadits diriwayatkan bahwa Rasulullah bersabda, "Allah berfirman: "*Anak Adam mencerca dan menghina-Ku padahal tidak seharusnya ini ia lakukan. Adapun cercaannya kepada-Ku adalah bahwa dia mencerca zaman, padahal Akulah zaman. Aku bolak-balikan malam dan siang sekehendak-Ku. Sedangkan hinaannya kepada-Ku adalah ia mengatakan bahwa Aku memiliki sahabat wanita dan anak, padahal Aku tidak memiliki sahabat wanita dan anak.*"

Anda tidak akan pernah dapat membungkam mulut manusia untuk tidak melakukan pelecehan terhadap kehormatan Anda. Meski demikian, Anda dapat melakukan kebaikan dan menghindari perkataan dan kritikan mereka.

Seorang penyair berkata,

Aku berjumpa dengan orang bodoh yang mencelaku

Kutinggalkan ia seraya berkata, "aku tidak peduli"

Penyair yang lain berkata,

Jika orang bodoh bicara, jangan kau timpali

sebab sebaik-baik jawaban baginya adalah diam seribu bahasa

Meski demikian, tak ada salahnya bila orang-orang yang bodoh itu sesekali dilawan dan ditantang. Atau katakan saja pada mereka,

Jika kebaikan yang tampak pada perbuatanku adalah dosa-dosa

maka katakanlah kepadaku, bagaimana aku harus meminta maaf

Pada umumnya, orang-orang yang kaya senantiasa dibayangi kegelisahan. Bahkan, ketika harga saham mereka tiba-tiba naik pun, mereka akan tetap gelisah karena cemas dengan nasib saham mereka yang mungkin saja besok akan menurun.

Allah berfirman,

Kecelakaanlah bagi setiap pengumpat lagi pencela. Yang mengumpulkan harta dan menghitung-hitungnya. Dia mengira bahwa hartanya itu dapat mengekalkannya. Sekali-kali tidak! Sesungguhnya dia akan dilempar ke neraka Huthamah. **(QS. Al-Humazah: 1-4)**

Seorang sastrawan Barat mengatakan, "Lakukan apa yang kau pandang benar, dan palingkan punggungmu dari semua kritikan yang tak berharga."

Ada beberapa hal yang perlu Anda renungkan dan Anda coba:

Jangan pernah membalas cercaan atau olok-olok yang melukai hati Anda! Karena, kesabaranmu dalam menghadapi semua itulah yang akan dengan sendirinya menguburkan semua kehinaan. Kesabaran adalah sumber kemuliaan, diam adalah sumber kekuatan untuk mengalahkan musuh, dan memaafkan adalah sumber dan tangga untuk mencapai pahala dan kemuliaan.

Ingat, separoh dari orang yang pernah mencerca atau mengkritik Anda itu akan melupakan cercaan mereka, sepertiganya tidak sadar dengan apa yang mereka lontarkan, dan selebihnya tidak akan mengerti apa dan mengapa mereka mencerca Anda. Maka dari itu, jangan pernah cercaan mereka kau masukkan hati dan jangan pula berusaha untuk membalas apa yang mereka katakan itu.

Seorang bijak bestari berkata, "Orang-orang akan sibuk menggunjingku manakala jatah roti mereka berkurang dari jatahku. Dan jika tak ada seorang pun dari mereka yang kehausan, maka mereka tak akan pernah mengusik kematianku dan kematianmu."

Rumah yang senantiasa tenteram meskipun hanya ada sepotong roti di dalamnya, adalah lebih baik dari sebuah rumah yang penuh dengan makanan lezat tetapi tak pernah lekang dari kegaduhan dan sumpah serapah.

Rehat

Jangan bersedih! Karena rasa sakit dapat sirna, cobaan akan pergi, dosa akan terampuni, hutang akan terbayar, narapidana akan dibebaskan, orang yang hilang akan kembali, orang yang melakukan kemaksiatan akan bertaubat, dan orang yang fakir akan menjadi kaya.

Jangan bersedih! Tidakkah Anda memperhatikan bagaimana awan hitam itu tersingkap terang, malam yang demikian pekat menjadi terang benderang, angin yang sedemikian kencang itu mendadak tenang, dan angin puyuh itu tiba-tiba terhenti? Semua itu menandakan bahwa beban hidup Anda yang seberat apapun dapat hilang dan berubah menjadi kebahagiaan. Bahkan, kesengsaraan hidup Anda pun pasti akan berakhir pada kehidupan yang aman, tenteram dan menjanjikan masa depan yang gemilang.

Jangan bersedih! Karena teriknya sinar matahari akan diteduhkan oleh bayangan, rasa haus yang mencekik di siang bolong akan disegarkan oleh air yang dingin, dan rasa lapar yang melilit akan dikenyangkan oleh sepotong roti yang hangat. Bukankah keletihan karena begadang malam akan berujung pada tidur yang nyenyak, dan perasaan sakit akan tergantikan oleh kebugaran? Karena itu, bersabar dan tunggulah barang sejenak.

Jangan bersedih, meskipun para dokter sudah kehabisan cara, kalangan bijak bestari tak lagi mempan nasehatnya, para ulama tidak lagi dapat berbuat apa-apa, para penyair hanya dapat menggeleng-gelengkan kepala, dan semua usaha tidak lagi ada yang berguna di hadapan takdir, *qadha'* dan keniscayaan Allah.

Ali ibn Abi Talib mengatakan,

"Semoga jalan keluar terbuka, semoga

kita bisa mengobati jiwa kita dengan doa.

Janganlah engkau berputus asa manakala

kecemasan yang menggenggam jiwa menimpa

Saat paling dekat dengan jalan keluar adalah

ketika telah terbentur pada putus asa."

Jangan Bersedih! Pilihlah Apa yang Telah Dipilih Allah untuk Anda

Bangunlah jika Dia membangunkan diri Anda, dan duduklah jika Dia menyuruh Anda duduk! Bersabarlah ketika Allah menjadikan diri Anda sebagai orang yang miskin, dan bersyukurlah manakala Dia menjadikan diri Anda orang yang kaya. Itu semua akan menjadi wujud dari ikrarmu, "Aku rela Allah sebagai *Rabb*-ku, Islam sebagai agamaku, dan Muhammad sebagai nabiku."

Seorang penyair mengatakan,

Janganlah merasa mampu mengatur dirimu

sebab orang yang pandai mengatur pun dapat binasa.

Terimalah Kami jika Kami memutuskan,

sebab Kami lebih berhak dari dirimu.

Jangan Bersedih dan Mempedulikan Perilaku Orang

Bagaimanapun, mereka tidak memiliki kekuasaan untuk mendatangkan mudharat, manfaat, kematian, dan kehidupan kepada Anda. Mereka juga tidak dapat membangkitkan Anda dari kubur, dan tidak pula dapat memberi pahala serta siksa.

Seorang penyair mengatakan,

Siapa senang mempedulikan perilaku orang, ia akan mati gelisah

sedang orang yang gagah berani akan meraih kenikmatan

Penyair lain juga mengatakan,

Barangsiapa suka mempedulikan orang lain,

ia akan gagal meraih bahagia,

sedang orang yang gagah berani akan berhasil meraih kebaikan.

Ibrahim ibn Adham mengatakan, "Kami hidup dalam suasana yang bila para raja itu tahu niscaya mereka akan menebas kami dengan pedang mereka."

Ibnu Taimiyyah mengatakan, "Di dalam hati seringkali terlintas suatu keadaan. Yakni, yang bila kukatakan demikian, 'Seandainya para penghuni surga hidup seperti kami, maka mereka akan hidup senang'."

Dia juga pernah berkata, "Di dalam hati ini selalu muncul suasana di mana hati menari riang. Yakni, saat hati bergembira karena mengingat Allah dan kehangatan hubungan dengan-Nya."

Dalam kesempatan lain, ia juga mengatakan, "Ketika dijebloskan ke penjara, dan sesaat kemudian para sipir mengunci pintunya, aku seperti mendengar firman Allah,

> *Lalu diadakan di antara mereka dinding yang mempunyai pintu. Di sebelah dalamnya ada rahmat dan di sebelah luarnya dari situ ada siksa.*
>
> **(QS. Al-Hadîd: 13)**

Di dalam penjara itu, ia mengatakan, "Apa yang bisa dilakukan musuh-musuh itu kepadaku? Surga dan tamanku ada di dalam dadaku. Ke manapun aku berjalan, maka keduanya akan selalu bersamaku. Kalaupun aku dibunuh, maka itu adalah kematian sebagai seorang syahid. Kalaupun diusir dari negeri asalku, maka itu adalah sebuah rekreasi, dan penjara adalah tempatku menyendiri."

Apakah yang akan diperoleh orang yang telah kehilangan Allah dari dalam dirinya? Dan apakah yang harus dicari oleh orang telah mnemukan Allah dalam dirinya? Antara yang pertama dan kedua, tidak akan pernah sama. Orang kedua akan mendapatkan segalanya, dan orang pertama akan kehilangan segalanya.

Jangan Bersedih dan Pahamilah Harga yang Anda Sedihkan!

Rasulullah bersabda, "Bagiku, mengucapkan, '*Subhânallâh, Alhamdulillâh, Lâ ilâha illallâh, Allâhu akbar*', adalah lebih aku senangi daripada sesuatu yang terkena sinar matahari (dunia)."

Seseorang dari *salafussalih* pernah mengatakan tentang orang-orang kaya, istana-istana, rumah-rumah megah, dan harta mereka sebagaimana berikut, "Kami makan dan mereka pun juga makan. Kami minum dan

mereka pun juga minum. Kami melihat dan mereka juga melihat. Namun kami tidak akan dihisab ketika mereka mereka dihisab."

Pada malam pertamaku di alam kubur terlupakan

istana-istana Khawarniq dan harta karun Anukisra

Ketika Allah berfirman,

Dan, sesungguhnya kamu datang kepada Kami sendiri-sendiri sebagaimana kamu Kami ciptakan pada mulanya. **(QS. Al-An'âm: 94),**

orang-orang yang beriman pun berkata,

Dan, benarlah Allah dan Rasul-Nya. **(QS. Al-Ahzâb: 22)**

Sedangkan orang-orang munafik berkata,

Allah dan rasul-Nya tidak menjanjikan kepada kami melainkan tipu daya. **(QS. Al-Ahzâb: 12)**

Kehidupan Anda adalah cerminan dari apa yang Anda pikirkan. Artinya, semua hal yang Anda pikirkan dan Anda hayati akan sangat berpengaruh pada kehidupan Anda, baik ketika bahagia maupun sengsara.

Sebuah sindiran mengatakan, "Bila Anda tak beralas kaki, lihatlah orang yang kedua betisnya buntung, karena Anda akan dapat mensyukuri kedua kakimu."

Seorang penyair mengatakan,

"Kegundahan tak akan penuhi relung hatiku sebelum ia jadi kenyataan,

dan kalaupun benar terjadi, aku takkan merasa gelisah sedikit pun."

Jangan Bersedih Selama Anda Masih Dapat Berbuat Baik Kepada Orang Lain

Berbuat baik untuk dan kepada orang lain merupakan jalan lebar menuju kebahagiaan. Dalam sebuah hadits shahih disebutkan: *"Di hari Kiamat nanti, yakni saat Allah menghisab hamba-Nya, Dia akan berkata kepadanya, 'Wahai anak Adam, Aku lapar namun engkau tidak memberiku makan'. Hamba itu menjawab, 'Bagaimana mungkin aku memberi-Mu makan, sementara Engkau adalah* Rabb *semesta alam?' Allah berkata, 'Tidakkah engkau tahu bahwa hamba-Ku, si Fulan ibn Fulan, sedang kelaparan, namun engkau tidak memberinya makan. Ketahuilah,*

seandainya engkau memberinya makan, maka engkau akan dapatkan semua itu di sisi-Ku.'

'Wahai anak Adam, Aku kehausan namun engkau tidak memberi-Ku minum.' Hamba itu menjawab, 'Bagaimana mungkin aku bisa memberi-Mu minum sementara Engkau adalah Rabb semesta alam?' Allah berkata, 'Tidakkah engkau tahu bahwa hamba-Ku, si Fulan ibn Fulan, sedang kehausan, namun engkau tidak memberinya minum. Ketahuilah, seandainya engkau memberinya minum pasti engkau dapatkan itu di sisi-Ku.'

'Wahai anak Adam, Aku sakit namun engkau tidak menjenguk-Ku.' Hamba itu menjawab, 'Bagaimana mungkin aku bisa menjenguk-Mu sementara Engkau adalah Rabb *semesta alam?' Allah berkata, 'Tidakkah engkau tahu bahwa Fulan ibn Fulan sedang sakit, namun engkau tidak menjenguknya. Ketahuilah, seandainya engkau menjenguknya niscaya engkau akan dapatkan Aku di sisinya'."*

Ada satu hal yang menarik di sini. Dalam firman-Nya: *"... niscaya engkau akan dapatkan Aku di sisinya ...,"* berbeda dengan dua sebelumnya: *"... engkau akan dapatkan (semua) itu di sisi-Ku ...."* Mengapa? Sebab, Allah selalu bersama orang yang dirundung kesusahan, sebagaimana Dia selalu menyertai orang yang didera penyakit.

Disebutkan dalam sebuah hadits Rasulullah: *"Dalam kesulitan itu ada pahala."* Juga harus engkau mengerti bahwa Allah telah memasukkan seorang wanita pezina dari Bani Israel ke dalam surga hanya gara-gara wanita itu memberi minum seekor anjing yang kehausan. Maka, bagaimana dengan orang yang memberi minum dan makan kepada sesama, membantu meringankan beban, dan menghilangkan kesulitan mereka?

Dalam sebuah hadits shahih disebutkan bahwa Rasulullah pernah bersabda, *"Barangsiapa memiliki kelebihan bekal, maka hendaknya ia datang dengan bekal itu kepada orang yang tidak memilikinya. Dan barangsiapa memiliki kelebihan kendaraan, maka hendaklah dia datang kepada orang yang tidak memiliki kendaraan."*

Hatim, sang penyair itu, mengatakan,

"Jika engkau pemilik unta muda, jangan biarkan
sahabatmu berjalan di belakangnya tanpa kendaraan
Rendahkan kendaraanmu dan naikkan ia jika bisa terbawa.
Itu baik adanya. Jika tidak, bergantianlah."

Hatim juga pernah berkata kepada seorang pelayannya dalam sebuah rangkaian bait syair yang sangat indah, agar mencari seorang tamu. Ia berkata,

"Nyalakan api, sesungguhnya malam ini sangat dingin,

jika ada tamu yang datang, engkau akan bebas merdeka.

Hatim juga berkata kepada istrinya demikian,

Jika selesai membuat makanan, carilah orang yang akan makan, sebab aku tidak akan sanggup memakannya seorang diri."

Dia juga pernah berkata seperti ini,

"Ketahuilah, sesungguhnya harta itu akan pergi dan sirna.

Yang tersisa dari harta itu hanyalah pembicaraan dan kenangan.

Ketahuilah, kekayaan itu tidak ada faedahnya bagi seseorang, yakni

kala nafas di tenggorokan dan dada tak lagi mampu memuat."

Pada kesempatan yang lain dia mengatakan,

"Kekayaan tak menambah kebanggaan atas kaum kerabat

dan kami tidaklah merasa terhina dengan kefakiran."

Ibnul Mubarak pernah memiliki tetangga seorang Yahudi. Namun, ia selalu lebih dahulu memberi makan tetangganya itu sebelum anak-anaknya sendiri. Bahkan, ia selalu memberi pakaian padanya sebelum memberi pakaian anak-anaknya.

Ketika orang-orang menawar rumah si Yahudi itu, *"Jual saja tempat tinggalmu itu kepada kami!"*

Yahudi itu berkata, "Saya akan jual rumahku ini dengan harga dua ribu dinar. Seribu dinar untuk harga rumahku dan seribu lagi karena aku bertetangga dengan Ibnul Mubarak."

Mendengar jawaban itu, Ibnul Mubarak dalam doanya selalu memohon demikian, "Ya Allah, tunjukilah ia ke dalam Islam." Dan beberapa saat kemudian, si Yahudi itu pun, dengan izin Allah, akhirnya masuk Islam.

Saat hendak berangkat haji, Ibnul Mubarak bertemu satu rombongan yang bermaksud sama. Dalam rombongan itu, ia melihat seorang wanita yang mengambil bangkai burung gagak dari sebuah tong sampah. Kemudian dia menyuruh pembantunya untuk melihat apa yang dilakukan wanita itu. Orang suruhannya itu bertanya kepada si wanita tentang apa yang

dilakukannya tadi. Si wanita itu menjawab, *"Selama tiga hari kami hanya makan dari sisa-sisa makanan yang dibuang ke dalam tong sampah."* Karena iba mendengar jawaban itu, Ibnul Mubarak meneteskan air mata. Ia pun memerintahkan agar semua perbekalannya dibagikan kepada rombongan itu. Dan, karena sudah tidak punya bekal lagi maka ia pun pulang. Ia menangguhkan hajinya tahun itu. Dalam tidurnya, ia bermimpi ada orang berkata kepadanya, *"Haji yang mabrur, sebuah tindakan yang harus diganjar, dan dosa(mu) telah terampunkan."*

> *Dan, mereka mengutamakan orang-orang Muhajirin atas diri mereka sendiri. Sekalipun mereka memerlukan apa yang mereka berikan itu.*
>
> **(QS. Al-Hasyr: 9)**

Seorang penyair mengatakan,

"Walaupun aku jauh dari sahabatku, laksana bumi dan langit.

Aku akan mengirimkan pertolanganku dan menghapuskan kesulitannya.

Aku akan jawab seruan dan panggilan suaranya.

Jika dia memakai pakaian yang indah maka aku tidak akan mengatakan,

'Seandainya aku diberi pakaian yang baik dari yang ia pakai'."

Ya Allah, sungguh sebuah perilaku yang sangat indah. Sungguh sebuah karunia yang sangat agung. Sungguh sebuah budi pekerti yang sangat mengharukan.

Orang yang senang melakukan kebajikan, tak akan pernah menyesal meski sangat banyak kebajikan yang telah dikerjakannya. Tetapi ia justru akan menyesal manakala melakukan kesalahan, meski hanya sebuah kesalahan kecil.

Seorang penyair berkata,

"Kebaikan itu lebih abadi, walaupun itu dilakukan sekali

dan kejahatan adalah bekal terburuk yang engkau usahakan."

Jangan Bersedih Jika Mendengar Kata-kata Kasar, Karena Kedengkian Itu Sudah Ada Sejak Dulu

Tamaklah menghimpun keutamaan, dan tekunlah

abaikan celaan si pendengki.

Ketahuilah bahwa umur itu adalah saat-saat kebaikan diterima

dan setelah kematian kedengkian itu terputus dengan sendirinya

Seorang ulama kontemporer mengatakan, "Kepada orang-orang yang sangat sensitif terhadap kritikan agar mereka menuangkan apa saja yang dingin ke dalam syarafnya pada saat menghadapi kritikan yang pedas dan menyengat."

Dikatakan, sungguh hebat Allah menempatkan kedengkian itu, Ia sungguh adil. Berawal dari pertemanan, lalu membunuhnya.

Al-Mutanabbi mengatakan,

"Kenangan seseorang itu adalah umurnya yang kedua, dan keinginannya.

yang tak kesampaian. Selebihnya adalah kesibukannya."

Sahabat Ali r.a. mengatakan, "Kematian adalah taman yang terjaga ketat."

Seorang bijak bestari mengatakan, "Seorang pengecut mati beberapa kali. Sedangkan, pemberani hanya mati sekali."

Jika Allah menginginkan kebaikan pada seorang hamba di saat-saat yang tertekan, maka Dia menjadikan hamba itu mengantuk sebagai wujud penjagaan dari-Nya. Hal yang sama pernah terjadi pada diri Thalhah r.a. pada saat perang Uhud, sebelum perang dimulai. Karena begitu berat kantuknya sampai-sampai pedang yang dipegangnya jatuh beberapa kali. Itu sebagai wujud ketenangan dan kedamaian di dalam hati.

Namun ada juga kantuk untuk ahli bid'ah. Syabib ibn Yazid merasakan kantuk yang tak tertahankan saat ia sedang menunggang seekor *baghlah* (hewan peranakan kuda dengan keledai). Dia adalah seorang lelaki yang sangat pemberani. Sedangkan isterinya, bernama Ghazalah, adalah seorang perempuan pemberani yang pernah mengusir Al-Hajjaj.

Seorang penyair mengatakan,

"Menjadi singa ketika berhadapan denganku,

tapi dalam perang ia menjadi seekor burung yang tak berdaya

lari terbirit-birit hanya karena suitan saja

Tidakkah engkau keluar menantang Ghazalah yang sombong

atau hatimu dengan dua sayapnya akan segera terbang."

Allah berfirman,

Katakanlah: "Tidak ada yang kamu tunggu-tunggu bagi kami, kecuali salah satu dari dua kebaikan. Dan kami menunggu-nunggu bagi kamu bahwa Allah akan menimpakan kepadamu azab (yang besar) dari sisi-Nya atau (azab) dengan tangan kami. Sebab itu tunggulah, sesungguhnya kami menunggu-nunggu bersamamu." **(QS. At-Taubah: 52)**

Firman-Nya yang lain,

Sesuatu yang bernyawa tidak akan mati melainkan dengan izin Allah, sebagai ketetapan yang telah ditentukan waktunya. Barangsiapa menghendaki pahala dunia, niscaya Kami berikan kepadanya pahala dunia itu. Dan barangsiapa menghendaki pahala akhirat, Kami berikan (pula) kepadanya pahala akhirat. Dan Kami akan memberi balasan kepada orang-orang yang bersyukur. **(QS. Ali 'Imrân: 145)**

Seorang penyair lain berkata,

"Pernah aku bilang pada jiwa, namun malah terbang menjadi bayangan pahlawan, celaka engkau, kenapa tidak memperhatikan

Jika kau mohon sehari saja diundurkan dari ketetapan ajal,

tak akan dipenuhi.

Bersabarlah menghadapi maut, bersabarlah

toh tak seorang pun mampu menggapai keabadian.

Pakaian kehidupan itu bukanlah pakaian kekuasaan

karena bisa diambil dari seorang saudara yang menginginkan."

Singkatnya, syair ini berarti bahwa jika ajal telah datang, maka tidak akan diajukan dan tidak akan pula diundurkan walau hanya satu jam.

Ali ibn Abi Thalib mengatakan,

"Kapan aku harus lari dari dua hari kematianku,

hari yang telah ditentukan atau kah hari yang tidak ditentukan.

Pada hari yang tidak ditentukan aku tak takut,

karena yang telah ditentukan itu tidak bisa diubah dengan kewaspadaan."

Abu Bakar Ash-Shiddiq berkata: "Carilah kematian, niscaya kalian akan diberi kehidupan."

Rehat

Jangan bersedih, sebab Allah senantiasa membela Anda, para malaikat selalu memintakan ampunan untuk Anda, orang-orang mukminin bersatu mendoakan diri Anda setiap usai shalat, Nabi memberikan syafaat, dan al-Qur'an memberikan janji yang baik. Namun di atas segalanya, ada kasih sayang Dzat Yang Maha Pengasih.

Jangan bersedih, sesungguhnya satu kebaikan itu akan dibalas dengan sepuluh kali lipatnya hingga tujuh ratus kali lipat. Bahkan dengan kelipatan yang tidak terhingga. Sedangkan kejahatan itu hanya akan dibalas dengan kejahatan yang serupa, kecuali jika Allah memberikan ampunan. Bukankah Allah memiliki demikian banyak kemurahan yang tidak ada bandingannya?

Jangan bersedih, karena Anda termasuk pemuka-pemuka tauhid, pembawa agama yang hak, dan ahli kiblat. Dalam diri Anda terdapat dasar cinta kepada Allah dan cinta kepada Rasululah. Anda merasa menyesal saat melakukan dosa, dan gembira saat melakukan kebaikan. Anda memiliki kebaikan tapi tidak menyadarinya.

Jangan bersedih, sebab Anda selalu berada dalam kebaikan, baik dalam keadaan sengsara maupun bahagia, dalam keadaan kaya maupun miskin, dan dalam keadaan tertekan maupun lapang. Sebagaimana Rasulullah sabdakan, *"Sungguh unik perkara orang mukmin itu! Semua perkaranya adalah baik. Jika mendapat kebaikan ia bersyukur, maka itu menjadi sebuah kebaikan baginya. Dan jika ditimpa musibah ia bersabar, maka itu juga menjadi sebuah kebaikan baginya. Dan ini hanya akan terjadi pada orang mukmin."*

Jangan Bersedih! Sebab Bersabar Atas Sesuatu yang Tidak Anda Sukai Adalah Jalan Menuju Kemenangan

Bersabarlah (hai Muhammad) dan tiadalah kesabaranmu itu melainkan dengan pertolongan Allah. **(QS. An-Nahl: 127)**

Maka kesabaran yang baik itulah kesabaran-Ku. Dan Allah sajalah yang dimohon pertolongan-Nya terhadap apa yang kamu ceritakan. **(QS. Yûsuf: 18)**

Maka, bersabarlah kamu dengan sabar yang baik. **(QS. Al-Ma'ârij: 5)**

(Sambil mengucapkan): "Salamun 'alaikum bima shabartum." **(QS. Ar-Ra'd: 24)**

Dan, bersabarlah terhadap apa yang menimpa kamu. **(QS. Luqmân: 17)**

Bersabarlah kamu dan kuatkanlah kesabaranmu dan tetaplah bersiap siaga (di perbatasan negerimu). **(QS. Ali 'Imrân: 200)**

Umar ibn al-Khaththab mengatakan, "Dengan kesabaran, kita tahu makna hidup yang baik."

Di kalangan ahli sunah ada tiga hal yang harus dilakukan ketika sedang menghadapi musibah: bersabar, berdoa, kemudian mencari jalan keluar.

Seorang penyair mengatakan,

"Kami memberi minum mereka dan mereka memberi minum yang serupa,

namun kami lebih sabar atas kematian daripada mereka."

Dalam sebuah hadits shahih disebutkan: *"Tidak ada yang lebih sabar atas cercaan yang didengar daripada Allah. Sesungguhnya, mereka mengatakan bahwa Allah memiliki seorang anak dan seorang teman wanita. Namun Allah tetap memberikan kesehatan dan memberikan rezeki pada mereka."*

Rasulullah juga bersabda, *"Semoga Allah menurunkan rahmat-Nya kepada Musa, yang lebih banyak mendapatkan cobaan dari pada (umat) ini, namun dia bisa bersabar."*

Rasulullah juga bersabda, *"Barangsiapa yang selalu melatih dirinya untuk bersabar, maka Allah akan membuatnya menjadi penyabar."*

Seorang penyair berkata,

"Engkau merangkak mencari mulia,

dan orang-orang yang mencarinya

berusaha sepenuh jiwa menempuh kelelahan.

Mereka mengejar mulia hingga banyak yang jemu,

yang akan menemukannya hanya yang sungguh-sungguh dan bersabar.

Jangan mengira bahwa mulia adalah kurma yang akan kau makan,

tak kan pernah kau dapatkan mulia sebelum pahitnya sabar.

Kemuliaan itu tidak akan pernah diraih melalui impian-impian dalam tidur. Kemuliaan hanya dapat diraih dengan tekad yang besar dan kerja keras."

Jangan Bersedih Karena Perlakuan Orang Lain, Tapi Lihatlah Perlakuan Mereka Terhadap Sang Khaliq

Menurut Imam Ahmad, dalam bukunya *Az-Zuhd,* Allah pernah berkata: *"Sungguh aneh kamu wahai anak Adam. Aku ciptakan kamu, namun kamu menyembah selain Aku, dan Aku beri kamu rezeki namun kamu bersyukur pada selain Aku. Aku berikan cinta-Ku melalui nikmat-nikmat itu, padahal Aku sama sekali tidak membutuhkanmu, namun kamu melakukan kebencian padak-Ku dengan melakukan kedurhakaan padahal kamu sangat membutuhkan-Ku. Kebaikan-Ku turun kepadamu, namun kejahatanmu naik pada-Ku."*

Dikisahkan dalam catatan biografi Isa a.s. bahwa ia telah mengobati sebanyak tiga puluh orang sakit dan telah menyembuhkan banyak orang buta, namun mereka itu kemudian berbalik menjadi musuh-musuhnya.

Jangan Bersedih Karena Rezeki yang Sulit

Yang memberi rezeki itu hanya satu. Seluruh rezeki hamba itu berada di sisi-Nya, dan Dia telah mengatur semua itu.

> *Dan, di langit terdapat (sebab-sebab) rezekimu dan terdapat (pula) apa yang dijanjikan kepadamu.* **(QS. Adz-Dzâriyât: 22)**

Jika memang yang memberi rezeki itu adalah Allah, maka mengapa manusia itu harus menjilat dan mengapa harus merendahkan diri di hadapan orang lain hanya karena ingin mendapatkan rezeki dari sesama manusia?

> *Dan, tidak ada suatu binatang melatapun di muka bumi melainkan Allahlah yang memberi rezekinya.* **(QS. Hûd: 6)**

Dalam firman-Nya yang lain disebutkan:

> *Apa saja yang Allah anugerahkan kepada manusia berupa rahmat, maka tidak ada seorang pun yang dapat menahannya. Dan apa saja yang Allah tahan, maka tidak seorang pun yang sanggup untuk melepaskannya sesudah itu.* **(QS. Fâthir: 2)**

Jangan Bersedih, Karena Masih Ada Sebab-sebab yang Membuat Musibah Terasa Ringan

1. Menunggu pahala dan ganjaran dari sisi Allah:

   Sesungguhnya, hanya orang-orang yang bersabarlah yang dicukupkan pahala mereka tanpa batas. **(QS. Az-Zumar: 10)**

2. Melihat kepada orang lain yang mendapat musibah:

   Seandainya bukan karena banyak orang di sekitarku yang menangisi saudara-saudara mereka, pastilah aku akan bunuh diri.

   Menolehlah ke kanan dan ke kiri. Apakah yang Anda lihat di sekeliling hanya orang-orang yang tertimpa musibah dan ujian semua? Seperti itulah. Di setiap hamparan lembah selalu saja ada Bani Sa'd.

3. Musibah yang menimpa diri Anda itu jauh lebih ringan dibandingkan dengan yang menimpa orang lain.
4. Musibah itu menimpa hal-hal yang berkaitan dengan dunia saja, bukan agama.
5. Melakukan *ubudiyah* dalam sebuah kepasrahan pada saat-saat tertekan terkadang lebih agung dibandingkan dengan yang dilakukan pada saat-saat bahagia.
6. Tidak ada siasat untuk menghindarkan musibah:

Tak usahlah berkilah untuk menghindarinya, karena berkilah untuk menghindar hanyalah menghentikan berkilah itu sendiri.

Jangan Memakai Baju Kepribadian Orang Lain

Dan, bagi tiap-tiap umat ada kiblatnya (sendiri) yang ia menghadap kepadanya. Maka, berlomba-lombalah kamu (dalam berbuat) kebaikan.

(QS. Al-Baqarah: 148)

Dan, Dialah yang menjadikan kamu penguasa-penguasa di bumi dan Dia meninggikan sebahagian kamu atas sebahagian (yang lain) beberapa derajat. **(QS. Al-An'âm: 165)**

Sungguh, tiap-tiap suku telah mengetahui tempat minumnya (masing-masing). **(QS. Al-Baqarah: 60)**

Setiap manusia memiliki kelebihan, potensi dan bakat masing-masing. Dan, salah satu keagungan Rasulullah adalah kemampuannya untuk menempatkan setiap sahabatnya sesuai dengan kemampuan, bakat, dan kesiapan mereka masing-masing. Ali misalnya, ditempatkan pada posisi kehakiman, Mu'adz dalam masalah keilmuan, Ubay yang menyangkut al-Qur'an, Zaid dalam masalah *Farâidh*, Khalid ibn Walid dalam persoalan jihad, Hassan dalam masalah syair, dan Qais ibn Tsabit dalam orasi.

Menempatkan parfum di tempat pedang tentu sangat berbahaya sebagaimana pedang kala ditempatkan di tempat parfum.

Larut dalam kepribadian orang lain pada hakikatnya adalah bunuh diri. Memakai baju kepribadian orang lain adalah sebuah pembunuhan yang direncanakan.

Salah satu tanda kebesaran Allah adalah perbedaan sifat yang ada pada manusia dan karakter yang mereka miliki, serta perbedaan bahasa dan warna kulit mereka. Abu Bakar dengan kelembutan dan wataknya yang pengasih telah memberikan manfaat bagi umat dan agama. Umar dengan sikapnya yang keras dan keteguhannya telah membangkitkan Islam dan pemeluknya. Artinya, menerima dengan penuh kerelaan pemberian yang ada pada diri Anda, merupakan karunia. Oleh sebab itu, kembangkanlah, tumbuhkanlah, dan dapatkanlah manfaat darinya.

Allah, tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya. **(QS. Al-Baqarah: 286)**

Taklid buta dan terlalu mudah melebur ke dalam kepribadian orang lain merupakan penguburan hidup-hidup terhadap bakat yang Allah berikan, pembunuhan terhadap kemauan, dan penghancuran sistem terhadap karakter penciptaan manusia itu sendiri.

'Uzlah dan Dampak Positifnya

Yang saya maksudkan dengan *'uzlah* (pengasingan diri) di sini adalah ber-*'uzlah* dari segala bentuk kejahatan, dan kemubahan yang berlebihan. Ber-*'uzlah* seperti ini akan membuat dada menjadi lapang dan mengikis semua kesedihan.

Ibnu Taimiyyah mengatakan, "Ada keharusan bagi hamba untuk melakukan *'uzlah* agar dapat beribadah kepada Allah, berdzikir kepada-Nya, membaca ayat-ayat-Nya, melakukan muhasabah terhadap dirinya, berdoa kepada-Nya, meminta ampunan-Nya, menjauhi tindakan-tindakan yang jelek, dan lain sebagainya.

Dalam *Shaidul Khathir*, Ibnu al-Jauzi telah menuliskan tiga pasal, yang ringkasannya demikian: "Saya tidak melihat dan mendengar manfaat yang lebih besar daripada *'uzlah*. Karena *'uzlah* adalah sebuah ketenangan, sebuah keagungan, sebuah kemuliaan, sebuah tindakan untuk menjauhkan diri dari keburukan dan kejahatan, sebuah kiat untuk menjaga kehormatan dan waktu, sebuah cara untuk menjaga usia, sebuah tindakan untuk menjauhkan diri dari orang-orang yang mendengki, sebuah perenungan tentang akhirat, sebuah persiapan untuk bertemu Allah, sebuah pemusatan jiwa raga untuk melakukan ketaatan, sebuah pemberdayaan nalar terhadap hal-hal yang bermanfaat, dan sebuah eksplorasi terhadap nilai dan hukum dari nash-nash yang ada."

Arah pembicaraannya seperti yang dimaksudkan dalam kutipan di atas. Karena yang tertulis di sini adalah arti yang melalui penyuntingan.

Pada bahasan sebelumnya telah saya katakan bahwa dalam *'uzlah* itu terdapat sebuah kemuliaan yang hanya diketahui oleh Allah saja. Dalam ber-*'uzlah* terjadi pengembangan daya berpikir, pencapaian pada sebuah hasil pemikiran, penenangan kalbu, dan penyelamatan kehormatan. Di samping itu, dalam ber-*'uzlah* ada banyak pahala yang didapatkan, ada usaha untuk menjauhkan diri dari kemungkaran, ada pemberdayaan jiwa untuk selalu melakukan ketaatan, ada waktu untuk mengingat Sang Maha Pengasih, ada usaha untuk menjauhi hal-hal yang melenakan dan menyita waktu, ada upaya untuk lari menjauh dari fitnah, ada usaha untuk menjauh dari kepungan musuh, ada kesempatan untuk tidak mencela orang lain, ada pemenuhan hak-hak, ada kesempatan untuk sembunyi dari orang yang sombong, dan ada kesempatan untuk bersabar terhadap orang yang bodoh.

Dalam *'uzlah* juga terdapat tabir untuk menutupi aurat: yakni aurat berupa aurat lisan, kesalahan melangkah, penyimpangan pikiran, dan kecenderungan jiwa yang jahat.

'Uzlah merupakan hijab untuk menutupi wajah-wajah kebaikan, cangkang untuk menyembunyikan mutiara-mutiara keutamaan, dan lengan baju untuk membungkus tangan-tangan kebaikan. Alangkah indahnya ber-*'uzlah* dengan buku; karena orang akan dapat menambah usia, dapat mengulur kematian, dapat meraih kenikmatan dalam kesendirian, dapat mengembara menuju ketaatan, dan dapat berjalan-jalan dalam perenungan.

Dalam *'uzlah* akan Anda dapatkan perenungan, penghayatan, *tafakkur,* dan *tadabbur.*

Pada saat ber-*'uzlah* Anda akan dapat menyelami makna-makna, menangkap butiran-butiran nilai, merenungkan tujuan-tujuan hidup, dan membangun menara ide serta pemikiran.

Pada saat ber-*'uzlah* ruh berada dalam kegembiraan, hati berada dalam kebahagiaan terbesar, dan nurani berada dalam perburuan nilai-nilai.

Jangan *riya'* pada waktu ber-*'uzlah,* sebab hanya Allah yang melihat Anda. Dan, jangan perdengarkan pembicaraan Anda kepada sesama, sebab hanya Yang Maha Mendengar lagi Maha Melihat yang mendengar.

Semua orang besar menyirami 'tanaman' kemuliaan mereka dengan 'air' *'uzlah* sampai mereka bisa tegak berdiri. Selanjutnya, tumbuhlah pohon keagungan mereka dan menghasilkan buahnya yang bisa dipetik setiap saat dengan izin *Rabb*-nya.

Ali ibn Abdul Aziz al-Jurjani berkata,

"Mereka bilang padaku bahwa dalam dirimu ada kemurungan.

Sebenarnya mereka melihat seorang yang menjauhi sikap yang rendah.

Jika dikatakan, ada mata air, saya katakan saya telah melihatnya,

namun jiwa merdeka tahan terhadap rasa haus

Saya tidak menunaikan hak ilmu jika setiap kali aku melihat

sesuatu yang menggiurkan kujadikan dia tangga bagi diriku

Apakah aku akan melakukan itu kemudian aku memetik kehinaan?

Itu sama dengan mengikuti kebodohan yang demikian pasti.

Andaikata orang berilmu menjaganya dia pasti menjaga mereka.

Andaikata mengagungkannya di dalam jiwa pasti mereka diagungkan.

Namun mereka meremehkannya, maka hinalah mereka
mereka mengotorinya dengan ketamakan hingga dia bermuka masam."

Sementara itu Ahmad ibn Khalil al-Hanbali berkata,

"Siapa menginginkan kemuliaan dan ketenangan
dari kesedihan panjang melelahkan,
ia harus menyendiri dan rela dengan yang sedikit saja.
Bagaimana seseorang akan jadi bersih, jika ia hidup dari yang kotor.
Antara fitnah, celaan para penipu
dan bujukan kata manis orang-orang pandir.
Di tengah-tengah para penghasut dan kekerdilan orang-orang kikir
Ah, menyesal aku harus mengenal orang,
menyesal harus mengenal jalan hidupnya. "

Qadhi Ahmad ibn Abdul Aziz al-Jurjani berkata,

"Tak pernah kunikmati manisnya hidup
hingga teman dudukku rumah dan buku.
Tak ada yang lebih mulia daripada ilmu
karenanya aku mencarinya untuk teman akrab.
Kehinaan itu ada karena pergaulan,
tinggalkanlah mereka dan hiduplah dengan mulia."

Penyair yang lain berkata,

"Aku diam dalam kesendirian dan tinggal dalam rumahku,
ada rasa tentram, dan tumbuh berkembang kebahagiaanku.
Kuputuskan hubunganku dengan sesama, dan aku tidak peduli
apakah pasukan telah berangkat
atau panglima telah menunggang kudanya."

Al-Humaydi al-Muhaddats berkata,

Pertemuan dengan manusia tak akan mendatangkan faedah apa-apa,
kecuali hanya menambah pembicaraan yang tak tertata
Kurangilah intensitas bertemu dengan mereka
selain untuk menuntut ilmu atau melakukan kebaikan

Ibnu Faris berkata,

"Mereka berkata, bagaimana keadaanmu, kujawab, baik.
Satu kebutuhan terpenuhi dan yang lainnya tidak
Jika kesedihan telah menyesakkan dada
Saya katakan, semoga akan datang satu hari dengan bantuan
Temanku adalah kucingku, sahabat jiwaku adalah buku-buku
sedangkan kekasihku adalah lentera malam."

Siapa saja yang mencintai *'uzlah* maka itu adalah kemuliaan baginya. Untuk itu Anda dapat merujuk buku *Al-'Uzlah* karangan al-Khithabiy.

Jangan Bersedih Karena Tertimpa Kesulitan!

Kesulitan-kesulitan itu, sebenarnya, akan menguatkan hati, menghapuskan dosa, menghancurkan rasa *ujub,* dan menguburkan rasa sombong. Kesulitan-kesulitan itu; akan meluruhkan kelalaian, menyalakan lentera dzikir, menarik empati sesama, menjadi doa yang dipanjatkan oleh orang-orang yang salih, merupakan wujud ketundukan kepada tiran, merupakan sebuah penyerahan diri kepada Dzat Yang Esa, merupakan sebuah peringatan dini, sebuah upaya untuk menghidupkan dzikir, merupakan upaya untuk menjaga hati dengan bersabar, merupakan persiapan untuk menghadap Sang Tuan, dan sebuah sentilan untuk tidak cenderung pada dunia, merasa aman dan tenang dengannya. Karena kelembutan yang tersembunyi itu jauh lebih besar, dosa yang ditutupi itu jauh lebih besar, dan kesalahan yang dimaafkan juga jauh lebih besar.

Rehat

Jangan bersedih, karena kesedihan hanya akan membuatmu lemah dalam beribadah, membuatmu malas untuk berjihad, membuatmu putus harapan, menggiringmu untuk berburuk sangka, dan menenggelamkanmu ke dalam pesimisme.

Jangan bersedih, sebab rasa sedih dan gundah adalah akar penyakit jiwa, sumber penyakit syaraf, penghancur jiwa, dan penebar keraguan dan kebingungan.

Jangan bersedih, karena ada al-Qur'an, ada doa, ada shalat, ada sedekah, ada perbuatan baik, dan ada amalan yang memberikan manfaat.

Jangan bersedih, dan jangan pernah menyerah kepada kesedihan dengan tidak melakukan aktivitas. Shalatlah ... bertasbihlah ... bacalah ... menulislah ... bekerjalah ... terimalah tamu ... bersilaturrahmilah ... dan merenunglah.

Allah berfirman,

Dan, Rabb-mu berfirman: "Berdoalah kamu kepada-Ku, niscaya akan Aku perkenankan bagimu." **(QS. Al-Mu` min: 60)**

Berdoalah kamu kepada Rabb-mu dengan berendah diri dan suara yang lembut. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang melampaui batas. **(QS. Al-A'râf: 55)**

Maka, sembahlah Allah dengan memurnikan ibadah kepada-Nya. **(QS. Al-Mu` minûn: 14)**

Katakanlah: "Serulah Allah dengan seruan Ar-Rahman. Dengan nama mana saja yang kamu seru, Dia mempunyai al-asma' al-husna (nama-nama yang terbaik)." **(QS. Al-Isrâ` : 110)**

Jangan Bersedih, Inilah Kiat-Kiat untuk Bahagia

1. Sadarilah bahwa jika Anda tidak hidup hanya dalam batasan hari ini saja, maka akan terpecahlah pikiran Anda, akan kacau semua urusan, dan akan semakin menggunung kesedihan dan kegundahan diri Anda. Inilah makna sabda Rasulullah: "*Jika pagi tiba, janganlah menunggu sore; dan jika sore tiba, janganlah menunggu hingga waktu pagi.*"
2. Lupakan masa lalu dan semua yang pernah terjadi, karena perhatian yang terpaku pada yang telah lewat dan selesai merupakan kebodohan dan kegilaan.
3. Jangan menyibukkan diri dengan masa depan, sebab ia masih berada di alam gaib. Jangan pikirkan hingga ia datang dengan sendirinya.
4. Jangan mudah tergoncang oleh kritikan. Jadilah orang yang teguh pendirian, dan sadarilah bahwa kritikan itu akan mengangkat harga diri Anda setara dengan kritikan tersebut.
5. Beriman kepada Allah, dan beramal salih adalah kehidupan yang baik dan bahagia.

6. Barangsiapa menginginkan ketenangan, keteduhan, dan kesenangan, maka dia harus berdzikir kepada Allah.
7. Hamba harus menyadari bahwa segala sesuatu berdasarkan ketentuan *qadha'* dan *qadar*.
8. Jangan menunggu terima kasih dari orang lain.
9. Persiapkan diri Anda untuk menerima kemungkinan terburuk.
10. Kemungkinan yang terjadi itu ada baiknya untuk diri Anda.
11. Semua *qadha'* bagi seorang muslim baik adanya.
12. Berpikirlah tentang nikmat, lalu bersyukurlah.
13. Anda dengan semua yang ada pada diri Anda sudah lebih banyak daripada yang dimiliki orang lain.
14. Yakinlah, dari waktu ke waktu selalu saja ada jalan keluar.
15. Yakinlah, dengan musibah hati akan tergerak untuk berdoa.
16. Musibah itu akan menajamkan nurani dan menguatkan hati.
17. Sesungguhnya setelah kesulitan itu akan ada kemudahan.
18. Jangan pernah hancur hanya karena perkara-perkara yang sepele.
19. Sesungguhnya *Rabb* itu Maha Luas ampunan-Nya.
20. Jangan marah, jangan marah, jangan marah!
21. Kehidupan ini tak lebih hanya sekadar roti, air, dan bayangan. Maka, tak usahlah bersedih jika semua itu ada.
22. *Dan, di langit terdapat (sebab-sebab) rezekimu dan terdapat (pula) apa yang dijanjikan kepadamu.* **(QS. Adz-Dzâriyât: 22)**
23. Kebanyakan dari apa yang Anda takutkan tidak pernah terjadi.
24. Pada orang-orang yang tertimpa musibah itu ada suri tauladan.
25. Sesungguhnya, jika Allah mencintai suatu kaum, maka Dia akan memberikan cobaan atas mereka.
26. Ulangilah doa-doa untuk menghapuskan bencana.
27. Anda harus melakukan perbuatan yang baik dan membuahkan, dan tinggalkanlah kekosongan.
28. Tinggalkanlah semua kasak-kusuk, dan jangan percaya kepada kabar burung.
29. Kedengkian dan keinginan Anda yang kuat untuk membalas dendam itu hanya akan membahayakan kesehatan Anda sendiri. Lebih besar daripada bahaya yang akan menimpa pihak lawan.

30. Semua musibah yang menimpa diri Anda adalah penghapus dosa-dosa.

Mengapa Harus Bersedih Jika Anda Memiliki Enam Resep?

Penulis buku *Al-Farj Ba'da al-Syiddah* menyebutkan bahwa seorang bijak bestari sedang ditimpa musibah. Maka, datanglah teman-temannya mengucapkan keprihatinan mereka terhadap musibah yang menimpanya. Si bijak itu pun berkata, "Aku tahu ada satu obat yang terbuat dari enam resep berbeda."

Teman-temannya pun bertanya, "Apa saja itu?"

Ia pun memaparkan jawabannya:

1. Percaya sepenuhnya kepada Allah.
2. Kesadaranku bahwa semua yang telah Allah takdirkan akan terjadi.
3. Sabar adalah senjata paling ampuh yang dipergunakan oleh orang-orang yang mendapat ujian.
4. Jika saya tidak sabar lalu apa yang bisa saya lakukan. Dan saya tidak akan terbantu hanya dengan perasaan resah.
5. Mungkin saja saya akan berada dalam kondisi yang lebih jelek daripada kondisi saya sekarang ini.
6. Dari waktu ke waktu jalan keluar akan selalu terbuka.

Jangan Bersedih Jika Dianiaya, Dilecehkan, Dihina, Atau Dizalimi!

Syaikhul Islam Ibnu Taimiyyah mengatakan bahwa orang mukmin itu tidak akan menuntut, tidak akan menghina, dan tidak akan memukul.

Jangan Bersedih, dan Simpanlah Pujian Orang Dengan Tetap Melakukan Kebaikan Kepada Orang Lain

Ada seorang yang mulia berbuat baik kepada seorang penyair, yang dia tolong setelah penyair tersebut ditimpa sebuah musibah. Maka, berkatalah penyair itu memujinya,

"Seorang bocah yang tumbuh dihujani kebaikan oleh Allah,
rona mukanya menampakkan segala kemuliaan.
Tatkala melihat kemuliaan maka digantilah pakaiannya
dan dia memakai selendang seluas pakaiannya.
Seakan bintang Kartika menggantung di keningnya, di lehernya,
ada bintang Syi'ra, dan di wajahnya ada bulan purnama."

Jangan Bersedih Jika Dihadapkan Pada Kesulitan-kesulitan, Permasalahan, dan Halangan

Kesabaran itu lebih memberikan kedamaian daripada kesedihan, dan ketabahan lebih memberikan hal-hal yang positif daripada kelemahan. Orang yang dengan kesadarannya sendiri tidak bersabar, maka keadaanlah kemudian yang akan memaksanya bersabar.

Al-Mutanabbiy mengatakan,

"Zaman telah menghujaniku dengan bencana hingga
hatiku tertutup dengan anak panah.
Maka setiap kali aku kena anak panah
hancurlah pedang demi pedang.
Hiduplah aku, dan aku tidak lagi peduli dengan semua musibah
sebab aku tidak mengambil apapun dari minatku."

Abul Muzhaffar Al-Abyurdi berkata,

"Zaman mengecamku, dan ia tidak tahu bahwa aku menjaga diri,
dan bagiku peristiwa zaman tak membebani
Zaman memperlihatkan bagaimana melakukan ancamannya
begitu juga aku menampakkan kesabaranku bagaimana dia adanya."

Jangan Bersedih, Sebab Anda Masih Punya Saudara dan Orang yang Mencintai Anda

Saya akan persembahkan beberapa bait syair. Jika mau, Anda bisa menyenandungkannya dengan lirih, karena akan memberikan rasa damai di

dalam dada. Tentang penyatuan hati dan pendekatan ruh ini. Salah seorang penyair mengatakan,

"Kami singgah di tempat Qaisiyah Yamaniyah

yang memiliki garis nasab dengan orang-orang salih pilihan.

Dengan mengulurkan tabir di antara kita, ia berkata,

mau ke mana atau siapa kedua lelaki yang bersamamu itu

Saya katakan padanya: Temanku ini berasal dari kaum Tamim

sedangkan keluarganya berasal dari Yaman

Dua sahabat yang jauh yang disatukan oleh zaman,

kadang orang yang berbeda bisa menyatu akrab."

Teman adalah hiburan dalam kesedihan. Salah seorang di antara mereka mengatakan, "seandainya bukan karena bisikan jahat, niscaya saya tidak akan berbaur dengan manusia."

Teman-teman akrab pada hari itu sebagian menjadi musuh bagi sebagian yang lain, kecuali orang-orang yang bertakwa. **(QS. Az-Zukhruf: 67)**

Jangan Bersedih Jika Ada Orang yang Merintangi dan Menyikapi Anda Dengan Wajah Masam

Sufyan Ats-Tsauri mengeluarkan beberapa bait puisi:

Engkau tak harus membuka pintu untuk meminta,

ketika orang tak mau memberi garam dan sepotong roti.

Minumlah dari air sungai Eufrat,

dan berikan untuk minum orang yang makan bubur

Bersendawalah mengikuti mereka

seakan engkau ikut berebut kue-kue mereka.

Sebuah gubuk yang terbuat dari kayu, kemah yang terbuat dari kain dengan roti gandum, jauh lebih mulia —ketika kita mampu menjaga kehormatan kita— daripada istana yang indah, taman yang rindang, namun dipenuhi dengan keresahan dan kegundahan.

Ujian itu ibarat penyakit, yang pada saatnya nanti pasti akan sembuh. Barangsiapa terburu-buru untuk membuangnya, maka kondisi tubuhnya akan semakin melemah dan akan semakin parah. Demikian pula dengan

musibah dan ujian, yang pada saatnya nanti akan hilang bersama bekas-bekasnya. Oleh sebab itu, kewajiban orang yang mendapat ujian adalah bersabar, menunggu datangnya jalan keluar, dan senantiasa berdoa.

Rehat

Dan, janganlah kamu berputus asa dari rahmat Allah sesungguhnya tidaklah berputus asa dari rahmat Allah kecuali orang-orang yang kafir. **(QS. Yûsuf: 87)**

Ibrahim berkata: "Tidak ada orang yang berputus asa dari rahmat Rabb-nya, kecuali orang-orang yang zalim." **(QS. Al-Hijr: 56)**

Sesungguhnya, rahmat Allah sangat dekat kepada orang-orang yang berbuat baik. **(QS. Al-A'râf: 56)**

Kamu tidak mengetahui barangkali Allah mengadakan sesudah itu suatu hal yang baru. **(QS. Ath-Thalâq: 1)**

Boleh jadi kamu membenci sesuatu, padahal ia amat baik bagimu, dan boleh jadi (pula) kamu menyukai sesuatu, padahal ia amat buruk bagimu. Allah mengetahui, sedang kamu tidak mengetahui. **(QS. Al-Baqarah: 216)**

Allah Maha Lembut terhadap hamba-hamba-Nya.
(QS. Asy-Syu'arâ` : 19)

Dan, rahmat-Ku meliputi segala sesuatu. **(QS. Al-A'râf: 156)**

Janganlah kamu bersedih karena sesungguhnya Allah bersama kita.
(QS. At-Taubah: 40)

(Ingatlah), ketika kamu memohon pertolongan kepada Rabb-mu, lalu diperkenankan-Nya bagimu. **(QS. Al-Anfâl: 9)**

Dan, Dialah yang menurunkan hujan sesudah mereka berputus asa dan menyebarkan rahmat-Nya. **(QS. Asy-Syu'arâ` : 28)**

Dan, mereka berdoa kepada Kami dengan harap dan cemas. Dan mereka adalah orang-orang yang khusyu' kepada Kami. **(QS. Al-Anbiyâ` : 91)**

Seorang penyair mengatakan,

"Kapan dunia akan ceria membawa kebaikan untukmu,

kalau kau tidak rela dengan pergaulan

Tidakkah kau lihat batu mutiara mahal,

bukankah mutiara itu dikeluarkan dari lautan yang asin

Mungkin saja sesuatu yang menakutkan datang membawa kengerian,

juga kegembiraan dan kesenangan

Mungkin juga keselamatan itu terjadi setelah adanya larangan,

bisa saja kelurusan setelah kebengkokan.

Sebaik-baik Teman Duduk Adalah Buku

Di antara sebab kebahagiaan adalah meluangkan waktu untuk mengkaji, menyempatkan diri untuk membaca, dan mengembangkan kekuatan otak dengan hikmah-hikmah.

Al-Jahizh menasehatkan untuk senantiasa membaca dan mengkaji agar Anda bisa mengusir kesedihan. Katanya, "Buku adalah teman duduk yang tidak akan memujimu dengan berlebihan, sahabat yang tidak akan menipumu, dan teman yang tidak membuatmu bosan. Dia adalah teman yang sangat toleran yang tidak akan mengusirmu. Dia adalah tetangga yang tidak akan menyakitimu. Dia adalah teman yang tidak akan memaksamu mengeluarkan apa yang Anda miliki. Dia tidak akan memperlakukanmu dengan tipu daya, tidak akan menipumu dengan kemunafikan, dan tidak akan membuat kebohongan."

Buku adalah sesuatu yang jika Anda pandang maka akan memberikan kenikmatan yang panjang, dia akan menajamkan kemampuan intelektual, membuat lidah tidak kelu, dan membuat ujung jemari semakin indah. Dia akan memperkaya ungkapan-ungkapan Anda, akan menenangkan jiwa, dan akan mengisi dada. Buku akan memberikan 'penghormatan orang-orang awam dan persahabatan dengan raja-raja', kepada Anda. Dengannya Anda akan mengetahui sesuatu hanya dalam sebulan. Satu hal yang tidak bisa Anda dapatkan dari mulut orang selama satu masa. Dengannya, Anda juga bisa menghindarkan hutang dan kesusahan mencari rezeki. Dengan buku, Anda tidak harus bersusah-susah menghadap seorang pengajar yang mencari makan dari honor mengajar, tidak harus belajar dari orang yang secara

akhlak lebih rendah dari Anda, dan tidak harus duduk bersama orang-orang yang hatinya penuh kedengkian dan orang-orang yang kaya.

Buku adalah sesuatu yang akan senantiasa taat baik di siang hari maupun di malam hari. Dia akan ikut saja baik dalam perjalanan maupun ketika berada di rumah. Dia tidak pernah mengantuk, dan tidak akan terkena kelelahan malam. Dia adalah guru yang jika Anda membutuhkannya, maka ia tidak akan merasa malu. Dan jika Anda meninggalkannya untuk ganti materi, maka dia tidak akan memutuskan faedahnya. Walaupun Anda meninggalkannya, dia akan selalu taat. Walaupun ada angin yang menyerang Anda, maka dia tidak akan berpaling. Kesendirian Anda tidak akan membahayakan selama Anda selalu bersamanya, dan tidak akan memaksa Anda untuk duduk bersama orang-orang yang jelek perangainya. Meskipun tidak ada keutamaan yang bisa Anda ambil, namun ia sudah menghalangi niat Anda untuk duduk di depan pintu rumah, dan melihat orang-orang yang lalu-lalang di depan rumah. Sebab hal tersebut; melanggar hak-hak orang lain, menzalimi diri kita dengan cara melihat orang lain secara berlebihan, ada keterlibatan diri kita dalam sesuatu yang tidak berguna, ada pembauran dengan orang-orang yang tidak berguna, ada kesempatan untuk mendengarkan langsung ucapan-ucapan mereka yang kotor, yang tidak bernilai, yang rendah budinya dan yang tidak cerdas.

Semua ini akan menghindarkan Anda dari segala kemungkinan buruk, dan menghadapkan pada manfaat yang besar. Anda berhasil mendapatkan pokok sekaligus cabangnya. Seandainya yang Anda dapatkan darinya tak lebih dari kegiatan yang menghalangi niat Anda dari keinginan yang murahan, dari keinginan untuk bersenang-senang saja, dan dari main-main yang tidak berarti, maka itu sudah merupakan nikmat yang besar dan karunia yang agung.

Kita sadar bahwa buku adalah pilihan terbaik bagi orang-orang yang kosong untuk menghabiskan waktu siangnya, dan bagi orang-orang yang suka bersenang-senang untuk menghabiskan malam-malam mereka. Buku adalah sesuatu yang tanpa mereka sadari; memberikan dorongan untuk mencoba, menggunakan nalarnya, membentuk kepribadiannya, menjaga kehormatan mereka, meluruskan agama mereka, dan mengembangkan harta mereka.

Keutamaan Buku

Abu Ubaidah mengatakan bahwa al-Muhallab pernah berkata kepada anak-anaknya dalam wasiatnya, "Wahai anak-anakku, janganlah kalian tinggal di pasar, kecuali dekat dengan pembuat baju besi dan pembuat kertas."

Salah seorang sahabat pernah berkata kepadaku, "Saya membaca sebuah buku salah seorang Syaikh yang berasal dari Syam yang di dalamnya berisi tentang catatan sejarah Ghathafaan. Katanya, 'Semua kebajikan menjadi sirna kecuali di dalam buku-buku'."

Saya juga pernah mendengar al-Hasan al-Lu'lui berkata, "Saya melakukan perjalanan selama empat puluh tahun, dan saya tidak pernah tidur siang. Tidak pula pada malam hari dan tidak pula bersandar, kecuali buku selalu saya letakkan di dada."

Ibnu al-Jahm berkata, "Jika kantuk datang menyerang sebelum waktunya tidur, maka saya akan mengambil salah satu buku dari buku-buku hikmah. Dengan buku itu saya merasakan adanya gelora untuk mendapatkan nilai-nilai dan adanya kecintaan terhadap perbuatan-perbuatan baik yang menyeruak ketika saya mendapatkan sesuatu yang menarik, dan yang meliputi hati dengan kebahagiaan. Ketika perasaan hati dalam kondisi sangat senang, membaca dan belajar akan lebih punya kekuatan untuk membangunkan daripada suara keledai dan bunyi reruntuhan yang mengejutkan."

Ibnu al-Jahm berkata lagi, "Saya sangat senang dan cinta kepada buku. Dan, bila saya berharap untuk mendapatkan manfaat darinya, maka Anda akan melihat saya jam demi jam memeriksa berapa halaman lagi yang tersisa, karena takutnya mendekati halaman terakhir. Dan, bila buku itu berjilid-jilid dengan jumlah halaman yang banyak, maka sempurnalah hidup ini dan lengkaplah kegembiraan ini."

Al-Atabiy mengomentari sebuah buku yang ditulis oleh ulama-ulama terdahulu, "Seandainya bukan karena banyaknya jumlah halaman pasti saya akan menyalinnya."

Ibnu al-Jahm pun menimpali, "Tapi saya justru suka terhadap apa yang tidak Anda sukai."

Saya tidak pernah membaca satu pun buku besar, kecuali saya dapatkan manfaat di dalamnya. Dan tidak terhitung berapa banyak buku kecil

yang saya baca yang ketika selesai membacanya saya tidak berbeda dengan ketika mulai membaca.

Sedangkan kitab yang paling mulia dan paling tinggi,

Ini adalah sebuah kitab yang diturunkan kepadamu, maka janganlah ada kesempitan di dalam dadamu karenanya, supaya kamu memberi peringatan dengan kitab itu (kepada orang kafir) dan menjadi pelajaran bagi orang-orang yang beriman. **(QS. Al-A'râf: 1)**

Faedah Membaca

1. Membaca dapat mengusir perasaan was-was, kecemasan, dan kesedihan.
2. Membaca dapat menghindarkan seseorang agar tidak tenggelam dalam hal-hal yang batil.
3. Membaca dapat menjauhkan kemungkinan seseorang untuk berhubungan dengan orang-orang yang menganggur dan tidak memiliki aktivitas.
4. Membaca dapat melatih lidah untuk berbicara dengan baik, menjauhkan kesalahan ucapan, dan menghiasinya dengan *balaghah* dan *fashahah*.
5. Membaca dapat mengembangkan akal, mencerahkan pikiran, dan membersihkan hati nurani.
6. Membaca dapat meningkatkan pengetahuan dan mengembangkan daya ingat serta pemahaman.
7. Dengan membaca orang dapat mengambil pelajaran dari pengalaman orang lain, kebijaksanaan kalangan bijak bestari, dan pemahaman ulama.
8. Mematangkan kemampuan seseorang untuk mencari dan memproses pengetahuan, untuk mempelajari bidang-bidang pengetahuan yang berbeda, dan penerapannya dalam kehidupan nyata.
9. Menambah keimanan, khususnya ketika membaca buku-buku karangan kaum muslimin. Sebab buku merupakan; pemberi nasehat yang paling agung, pendorong jiwa yang paling besar, dan penyuruh kepada kebaikan yang paling bijaksana.

10. Membaca dapat membantu pikiran agar lebih tenang, membuat hati agar lebih terarah, dan memanfaatkan waktu agar tidak terbuang percuma.
11. Membaca dapat membantu memahami; proses terjadinya kata secara lebih detil, proses pembentukan kalimat, untuk menangkap konsep dan untuk memahami apa yang berada di balik tulisan.

Seorang penyair mengatakan,

Kehidupan jiwa adalah konsep dan makna,

bukan yang engkau makan dan minum.

Jangan Bersedih, Sebab Kebaikan Anda Akan Membuahkan Pujian!

Tangan-tangan menengadah mendoakan Anda, dan bibir memuji atas kebaikan yang Anda berikan. Sesungguhnya, pujian itu adalah nyawa kedua, anak yang abadi, warisan yang awet, serta peninggalan yang diberkahi.

Seorang penyair berkata:

Seakan engkau dapatkan di dalam buku kata tidak,

yang haram bagimu maka jangan menghalalkannya.

Jika musim dingin tiba engkau adalah matahari.

jika musim panas tiba engkau adalah naungan.

Engkau tidak tahu jika engkau menginfakkan harta,

apakah engkau lebih banyak memberi atau lebih sedikit.

Engkau akan diganjar oleh orang lain dengan segala kebaikan,

karena engkau adalah pahlawan yang paling mulia.

Dengan wajahmu kami mengambil penerangan,

saat kami berjalan di malam-malam gulita.

Namamu dalam pendengaran adalah sebaik-baik petunjuk

yang disebutkan di semua tempat dan tak membosankan.

Jiwa kami jadi tebusan atas segala goncangan,

dan para jamaah haji menjadi tebusan saat membaca talbiah.

Rehat

Saat Abu Bakar sakit, sahabat-sahabatnya pun menjenguk. Mereka berkata, "Tidakkah kami memanggilkan dokter untukmu?"

Abu Bakar menjawab, "Dokter telah melihatku."

"Lalu apa yang dia katakan kepadamu?" sambung mereka.

Abu Bakar menirukan, *"Sesungguhnya Aku melakukan apa saja yang Aku kehendaki."*

Umar ibn al-Khaththab pernah mengatakan, "Kami mendapatkan sebaik-sebaik kehidupan kami di dalam sabar."

Dia juga berkata, "Sebaik-baik kehidupan yang kami alami adalah dengan kesabaran. Seandainya kesabaran itu seorang lelaki, pastilah dia seorang lelaki yang terhormat."

Ali ibn Abi Thalib berkata, "Ketahuilah, bahwa sesungguhnya sabar itu laksana kepala bagi jasad. Jika kepala diputus tidak ada gunanya jasad ini."

Kemudian dia meninggikan suaranya dan berkata, "Sesungguhnya, tidak ada iman bagi seseorang yang tidak memiliki kesabaran."

Dia juga berkata, "Sesungguhnya, kesabaran itu adalah binatang tunggangan yang tidak pernah jatuh tertelungkup."

Al-Hasan berkata, "Sesungguhnya, kesabaran adalah salah satu harta simpanan kebaikan, dan Allah hanya akan memberikannya kepada seorang hamba yang mulia di sisi-Nya."

Umar ibn Abdul Aziz berkata, "Sekali-kali Allah tidak mengaruniakan nikmat kepada seorang hamba, kemudian Dia tarik nikmat itu dan Dia gantikan dengan kesabaran, kecuali Allah menggantinya dengan yang lebih baik dari apa yang telah Dia cabut darinya."

Maymun ibn Mahran mengatakan, "Tidaklah seseorang menerima 'label kebaikan' yang lebih tinggi dari sabar."

Sulaiman ibn al-Qasim mengatakan, "Setiap amalan itu jelas diketahui ganjarannya kecuali sabar." Sebab Allah berfirman,

Sesungguhnya hanya orang-orang yang bersabarlah yang dicukupkan pahala mereka tanpa batas. **(QS. Az-Zumar: 10)**

Jangan Bersedih, Sebab di Sana Masih Ada Rencana, Kehidupan, dan Hari yang Lain!

Yakni, tempat di mana Allah akan menghimpun semua makhluk dari yang pertama hingga yang terakhir. Keyakinan seperti ini akan membuat hati Anda merasa tentram dengan keadilan Allah. Barangsiapa hartanya di-

rampas ketika di dunia, maka ia akan mendapatkannya di akhirat. Barangsiapa dizalimi di dunia, maka ia akan mendapat perlakukan yang adil di sana, dan barangsiapa melakukan kejahatan di tempat ini, maka ia akan disiksa di sana.

Mengutip pernyataan Immanuel Kant, seorang filosof besar asal Jerman itu, "Sesungguhnya panggung kehidupan dunia ini belum lagi sempurna, pasti ada sebuah panggung kedua. Sebab kita semua melihat di sini orang yang zalim dan dizalimi, namun kita tidak dapatkan keadilan. Orang yang menang dan yang kalah namun kami tidak mendapatkan balasan yang pasti. Maka, pasti ada alam lain yang akan menyempurnakan keadilan."

Syaikh ath-Thantawi berkata saat mengomentari tentang perkataan Kant ini, "Ini merupakan pengakuan implisit dari seorang filosof Barat tentang adanya Hari Kiamat."

Jika menteri dan kedua juru tulisnya telah melakukan kejahatan dan hakim bumi telah melanggar aturan peradilan,

maka celaka, celaka dan kemudian celakalah

bagi hakim bumi yang akan dia terima dari Hakim langit

Tidak ada kezaliman pada hari ini. Sesungguhnya Allah Maha Cepat perhitungan-Nya. **(QS. Ghâfir: 17)**

Pernyataan Para Pemikir

Robert Louis Stevenson menulis: "Setiap orang mampu untuk melakukan pekerjaannya sepanjang hari sesulit apapun pekerjaan itu, dan setiap orang mampu untuk hidup bahagia sepanjang hari hingga matahari tenggelam. Inilah yang dimaksud dengan hidup."

Pemikir lainnya mengatakan, "Kehidupanmu itu hanya sehari saja. Kemarin telah pergi dan besok belumlah datang."

Stephen Leacock menulis: "Anak kecil mengatakan, ketika aku menjadi remaja nanti, sedangkan yang remaja mengatakan, ketika nanti aku menjadi seorang dewasa, nanti ketika aku menjadi dewasa aku akan kawin. Namun apa yang terjadi setelah pernikahannya? Lalu apa yang terjadi setelah semua fase itu terlewati? Pikiran-pikiran yang pernah ada itu pun berubah. (Pikiran-pikiran itu selalu mengikuti apa yang akan terjadi nanti).

Misalnya, nanti ketika sudah pensiun. Ketika sudah benar-benar tua, ia melihat ke belakang, ia pun 'diserang angin yang sangat dingin'. Dia telah kehilangan kehidupannya yang telah lewat tanpa merasakannya walau hanya sedetik. Kita baru mau belajar, ketika kesempatan yang pernah ada itu sudah lepas, bahwa kehidupan itu harus dirasakan dalam setiap detik, setiap jaman dari kehidupan kita sekarang."

Demikian pula orang yang selalu mengatakan, "... saya akan melakukan taubat".

Seorang ulama salaf mengatakan, "Saya mengingatkanmu tentang perkataan 'akan ...', sebab kata itu sudah banyak mencegah terjadinya kebaikan dan menunda dilakukannya perbaikan."

> *Biarkanlah mereka (di dunia ini) makan dan bersenang-senang dan dilalaikan oleh angan-angan (kosong), maka kelak mereka akan mengetahui (akibat perbuatan mereka).* **(QS. Al-Hijr: 3)**

Seorang filosof asal Perancis, Montaigne, mengatakan, "Hidupku penuh dengan derita yang buruk yang sama sekali tidak menunjukkan keramahan."

Saya tegaskan bahwa meski memiliki tingkat kecerdasan yang lebih baik dan pengetahuan yang luas kebanyakan, mereka tidak tahu hikmah di balik penciptaan mereka. Mereka tidak mengambil petunjuk Allah yang dibawa oleh utusan-Nya.

> *Dan, barangsiapa tiada diberi cahaya (petunjuk) oleh Allah, tiadalah dia mempunyai cahaya.* **(QS. An-Nûr: 40)**

> *Sesungguhnya Kami telah menunjukkan jalan yang lurus; ada yang bersyukur dan ada pula yang kufur.* **(QS. Al-Insân: 3)**

Dante, seorang penyair asal Italia, berkata, "Pikirkanlah bahwa hari ini tidak akan pernah muncul kembali."

Tapi, jauh lebih baik, lebih indah, dan lebih sempurna dari semua kutipan di atas adalah hadits Nabi: *"Shalatlah seperti shalatnya orang yang tidak akan pernah kembali lagi."*

Orang yang menanamkan keyakinan di dadanya bahwa hari kehidupannya saat ini adalah hari terakhirnya; maka dia akan memperbaharui taubatnya, akan melakukan amalan terbaik, akan lebih taat kepada *Rabb*-nya, dan akan senantiasa mengikuti sunah Rasul-Nya.

Kalidasa, seorang aktor drama India yang sangat terkenal itu menulis puisi yang indah:

Salam Buat Sang Fajar.

Lihatlah hari ini.

Sebab ia adalah kehidupan, kehidupan dari kehidupan.

Dalam sekejap dia telah melahirkan berbagai hakikat dari wujudmu.

Nikmat pertumbuhan.

Pekerjaan yang indah.

Indahnya kemenangan.

Karena hari kemarin tak lebih dari sebuah mimpi.

Dan esok hari hanyalah bayangan.

Namun hari ini ketika Anda hidup sempurna,

telah membuat hari kemarin sebagai impian yang indah.

Setiap hari esok adalah bayangan yang penuh harapan.

Maka lihatlah hari ini

Inilah salam untuk sang fajar.

Jangan Bersedih, Tanyakan Pada Diri Anda Tentang Hari Ini, Kemarin, dan Hari Esok

Tutuplah pintu besi masa lalu dan masa depan, dan hiduplah dalam detik-detik hari ini.

1. Akankah saya akan menunda kehidupan hari ini karena takut akan hari esok atau karena harapan kebun yang indah di esok hari?
2. Akankah saya harus menjadikan hari ini menjadi sedemikian getir dengan membayangkan hal-hal yang telah terjadi di masa lalu, yang telah lapuk bersama dengan berlalunya waktu dan zaman?
3. Akankah saat bangun di pagi hari, saya telah bertekad untuk menggunakan sebaik-baiknya hari ini dan mengambil faedah yang sebesar-besarnya dari waktu yang hanya berjumlah dua puluh empat jam ke depan?
4. Akankah saya mampu mengambil faedah dari rangkaian detik demi detik dalam kehidupan hari ini?

5. Kapan saya akan mulai melakukan itu semua? Minggu depan? Besok? Atau, hari ini?

Jangan Bersedih Jika Sering Ditimpa Musibah!

1. Tanyakan pada diri Anda: Apa kemungkinan terburuk yang akan terjadi?
2. Persiapkan diri Anda untuk menerima dan menghadapinya.
3. Kemudian, hadapi dengan tenang untuk menjadikan kemungkinan terburuk itu menjadi lebih baik.

(Yaitu) orang-orang (yang mentaati Allah dan Rasul) yang kepada mereka ada orang-orang yang mengatakan: "Sesungguhnya manusia telah mengumpulkan pasukan untuk menyerang kamu, karena itu takutlah kepada mereka", maka perkataan itu menambah keimanan mereka dan mereka menjawab: "Cukuplah Allah menjadi Penolong kami dan Allah adalah sebaik-baik Pelindung." **(QS. Ali 'Imrân: 173)**

Rehat

Dan, barangsiapa bertakwa kepada Allah, niscaya Dia akan mengadakan baginya jalan keluar. Dan memberinya rezeki dari arah yang tiada disangka-sangka. Dan barangsiapa bertawakal kepada Allah, niscaya Allah akan mencukupkan (keperluan)nya. **(QS. Ath-Thalâq: 3)**

Allah kelak akan memberikan kelapangan setelah kesempitan.
(QS. Ath-Thalâq: 7)

Rasulullah bersabda, *"Ketahuilah bahwa kemenangan akan datang bersama kesabaran, jalan keluar datang bersama kesulitan, dan kemudahan itu ada bersama kesulitan."*

Dalam sebuah hadits *qudsi* Allah berfirman, *"Aku sesuai dengan prasangka hamba-Ku kepada-Ku, maka ia bebas berprasangka kepada-Ku sesuai yang dia mau."*

Maka Allah akan memelihara kamu dari mereka. Dan Dialah Yang Maha Mendengar lagi Maha Mengetahui. **(QS. Al-Baqarah: 137)**

Dan, bertawakallah kamu kepada Yang Maha Hidup dan tidak pernah mati **(QS. Al-Furqân: 58)**

Mudah-mudahan Allah akan mendatangkan kemenangan (kepada Rasul-Nya) atau sesuatu keputusan dari sisi-Nya.
(QS. Al-Mâ` idah: 52)

Tidak ada yang menyatakan terjadinya hari itu selain Allah.
(QS. An-Najm: 58)

Al-Husein ibn Mathir al-Asadi berkata,

"Jika Allah memudahkan perkara maka mudahlah ia,
kekuatannya akan meleleh dan kerumitannya akan hancur.
Betapa banyak orang yang menginginkan sesuatu
namun tak juga mendapatkannya,
dan betapa banyak orang yang sudah putus asa
namun kemudian datang kegembiraan
Sungguh banyak orang ketakutan menjadi menakutkan
dan orang yang miskin menjadi kaya
banyak peristiwa yang pahit berubah manis
Mungkin dunia berubah di mana yang kaya berbalik menjadi fakir
dan yang fakir menjadi kaya
Sungguh banyak kita lihat orang yang hidup sengsara
namun tiba-tiba menjadi manusia yang bersih hidupnya.

Jangan Bersedih, Sebab Kesedihan Akan Menguras Potensi dan Energi!

Dr. Alexis Carlyle, pemenang hadiah Nobel dalam bidang kedokteran mengatakan, "Para pekerja yang tidak tahu bagaimana menghadapi kesedihan akan mati lebih cepat."

Saya tegaskan di sini bahwa segala sesuatu itu terjadi sesuai dengan *qadha'* dan takdir Allah. Namun bisa saja pernyataan Carlyle di atas diartikan: Salah satu sebab yang menghancurkan raga adalah depresi. Dan, ini bisa diterima nalar.

Kesedihan Dapat Menyebabkan Abses

Ini adalah pernyataan Dr. Joseph F. Montagno, penulis buku *The Problem of Nervousness.* Dalam buku tersebut Montagno mengatakan: "Penyebab abses yang Anda derita bukan berasal dari makanan yang Anda konsumsi, tapi karena sesuatu yang memakan dirimu."

Sesuai dengan yang ditulis oleh majalah *Life,* bahwa abses ini menempati urutan kesepuluh dalam daftar penyakit yang mematikan.

Dampak Lain dari Depresi

Ada beberapa tulisan Dr. Edward Bodowlski dalam bukunya, *Leave Worrying and Seek Betterment,* yang diterjemahkan untuk saya. Berikut beberapa judul bab dalam buku tersebut.

* Apa Dampak Kesedihan Terhadap Jantung
* Tekanan Darah Tinggi Disebabkan Oleh Kesedihan
* Kesedihan Bisa Mengakibatkan Rematik
* Kurangi Kesedihanmu Demi Pencernaanmu
* Bagaimana Kesedihan Bisa Mengakibatkan Selesma
* Rasa Sedih dan Kelenjar Gondok
* Korban Penyakit Gula dan Kesedihan

Dr. Karl Maninger adalah seorang spesialis penyakit jiwa dari Mayo, yang menulis buku berjudul *Man Againts Himself,* dalam edisi terjemahannya, dikatakan: "Buku Dr. Maninger tidak akan memberikan kaidah-kaidah tentang bagaimana menghindari depresi. Tapi buku tersebut hanya akan memberikan laporan tentang bagaimana kita sendiri bisa menghancurkan tubuh dan otak kita dengan kegelisahan, frustasi, kedengkian, dendam, pemberontakan dan rasa takut."

Ketenangan hati, keteduhan perasaan, kelapangan dada, dan kebahagiaan adalah salah satu manfaat terbesar dari firman Allah:

Dan, orang-orang yang memaafkan (kesalahan) orang.

(QS. Ali 'Imrân: 134)

Montaigne, penguasa dan filosof kota Bodeaux, Perancis, mengatakan, "Saya ingin membantu memecahkan permasalahan kalian dengan tangan saya, bukan dengan hati dan paru-paru saya."

Dampak Kesedihan, Kegundahan, dan Kedengkian

Dr. Russell Cecil dari Fakultas Kedokteran Universitas Cornell menyebutkan adanya empat sebab utama yang membuat goyahnya persendian:

1. Hancurnya rumah tangga.
2. Bencana yang bersifat materi dan kesedihan.
3. Kesendirian dan kecemasan.
4. Perasaan terhina dan dendam kesumat.

Dr. William Mark Gaugil dalam sebuah pidato ilmiah di depan Persatuan Dokter Gigi Amerika, mengatakan, "Perasaan yang tidak bahagia seperti cemas dan takut sangat mungkin untuk memberikan dampak terhadap distribusi kalsium di dalam tubuh dan, selanjutnya, akan mengakibatkan kerusakan pada gigi."

Hadapi Semua Permasalahan Dengan Tenang

Dale Carnagie mengatakan, "Orang-orang Negro yang hidup di wilayah Selatan dan orang-orang Cina sangat sedikit yang terserang penyakit liver yang disebabkan oleh kesedihan. Hal ini disebabkan karena mereka menghadapi segala permasalahan dengan cara yang tenang."

Kemudian dia melanjutkan, "Jumlah orang Amerika yang mencoba melakukan bunuh diri lebih banyak daripada yang meninggal karena terserang oleh lima penyakit yang mematikan."

Ini adalah kenyataan yang hampir tidak bisa dipercaya.

Berbaik-sangkalah Kepada *Rabb*

William James mengatakan, "*Rabb* memberikan ampunan atas kesalahan kita, namun organ syaraf kita tidak pernah melakukan itu untuk selamanya."

Ibnu al-Wazir dalam bukunya yang sangat terkenal, *Al-'Awâshim wa al-Qawâshim,* mengatakan bahwa harapan terhadap rahmat Allah akan selalu membukakan pintu harapan bagi diri seorang hamba, akan menguatkannya untuk melakukan ketaatan, dan membuatnya semakin antusias dalam melakukan amalan-amalan sunah dan bersegera untuk melakukan kebaikan.

Ini benar. Sebab, tidak semua jiwa akan menjadi baik kecuali dengan mengingat rahmat, ampunan, taubat, dan kesabaran Allah. Karena sikap Allah yang demikian baik, maka mereka pun mendekatkan diri kepada-Nya, dan berusaha keras untuk melakukan kebaikan.

Jika Pikiran Anda Bercabang

Thomas Alfa Edison mengatakan, "Tidak ada cara yang bisa dilakukan oleh manusia sebagai tempat pelarian untuk bersembunyi dari pikirannya."

Pernyataan ini benar berdasarkan pengalaman. Karena manusia apakah ketika sedang membaca atau menulis, maka sebenarnya ia berpikir. Salah satu cara terbaik untuk menajamkan dan mengontrol pikiran adalah melakukan pekerjaan yang menyenangkan dan bermanfaat. Karena orang-orang yang menganggur adalah orang-orang yang suka mengkhayal dan menyebarkan berita yang tidak jelas.

Jangan Gusar Dengan Kritik yang Membangun

Andrew Moore mengatakan, "Segala sesuatu yang sesuai dengan keinginan kita tampak menjadi sebuah kebenaran, dan yang tidak sesuai akan memicu kemarahan kita."

Demikian halnya dengan nasehat-nasehat dan kritikan. Umumnya, kita senang dengan pujian dan kita merasa tersanjung meski pujian itu palsu. Sebaliknya, kita enggan terhadap kritikan dan celaan meski kritik itu benar adanya. Ini sebenarnya sebuah aib yang sangat besar dan kesalahan yang sangat fatal.

> *Dan, apabila mereka dipanggil kepada Allah, dan Rasul-Nya, agar Rasul menghukum (mengadili) di antara mereka, tiba-tiba sebagian mereka menolak untuk datang. Tetapi jika keputusan itu untuk (kemaslahatan) mereka, mereka datang kepada Rasul dengan patuh.* **(QS. An-Nûr: 48-49)**

William James mengatakan, "Saat sampai pada sebuah keputusan untuk dilakukan pada hari itu juga, maka Anda akan terbebas sepenuhnya dari pikiran-pikiran yang akan menguasai diri Anda berkaitan dengan kemungkinan-kemungkinan hasil yang akan Anda capai. Artinya, jika Anda sudah mengambil keputusan yang didasarkan pada kenyataan, maka lakukanlah dan jangan maju-mundur atau punya pikiran yang tidak-tidak. Jangan campakkan diri ke dalam keraguan yang hanya akan melahirkan keraguan yang lebih besar, dan jangan terus mengutak-atik hal-hal yang sudah berlalu."

Seorang penyair berkata,

Jika engkau punya ide maka segera satukan tekad untuk melakukannya,

sebab rusaknya ide itu karena keraguan semata.

Keberanian mengambil keputusan akan banyak menolong untuk melepaskan diri dari depresi, stres dan kesedihan.

Apabila telah tetap perintah perang (mereka tidak menyukainya). Tetapi jikalau mereka benar (imannya) terhadap Allah, niscaya yang demikian itu lebih baik bagi mereka. **(QS. Muhammad: 21)**

Jangan Terlalu Lama Berpikir Atau Ragu, Tapi Berbuatlah dan Tinggalkan Kekosongan

Dr. Richard Cabot seorang profesor kedokteran di Universitas Harvard mengatakan dalam bukunya yang berjudul *How Humans Live,* "Sebagai seorang dokter saya menasehatkan bahwa bekerja telah banyak mengobati orang-orang yang menderita penyakit kelumpuhan jiwa yang diakibatkan oleh keraguan, rasa takut, dan ketidakpastian. Keberanian yang diberikan kepada kita oleh kerja keras seperti kepercayaan diri yang membuat Emerson begitu hebat."

Allah berfirman,

Apabila telah ditunaikan shalat, maka bertebaranlah kamu di muka bumi, dan carilah karunia Allah dan ingatlah Allah sebanyak-banyaknya supaya kamu beruntung. **(QS. Al-Jumu'ah: 10)**

George Bernard Shaw berkata, "Rahasia ketidakbahagiaan itu terletak dalam kesempatan yang diberikan kepada Anda untuk berpikir dengan leluasa; apakah Anda berada dalam kondisi bahagia atau tidak. Oleh sebab

itu, jangan terlalu banyak berpikir tentang hal itu. Sebaliknya, teruslah bekerja, karena saat itu darah Anda akan mulai mengalir dan otak Anda mulai berpikir lagi. Kehidupan yang baru akan melenyapkan pikiran-pikiran itu dari otak Anda. Bekerjalah, dan jangan pernah berhenti! Karena ini merupakan resep yang paling murah yang pernah ada di muka bumi, dan paling mujarab."

Allah berfirman,

Bekerjalah, kamu niscaya Allah dan Rasul-Nya serta orang-orang mukmin akan melihat pekerjaanmu. **(QS. At-Taubah: 105)**

Benyamin Disraeli mengatakan, "Kehidupan ini terlalu pendek untuk disia-siakan."

Salah seorang bijak bestari yang berasal dari negeri Arab mengatakan, "Kehidupan ini terlalu pendek untuk kita perpendek dengan percekcokan."

Allah berfirman,

"Berapa tahunkah lamanya kamu tinggal di bumi?" Mereka menjawab: Kami tinggal (di bumi) sehari atau setengah hari, maka tanyakanlah kepada orang-orang yang menghitung." Allah berfirman: "Kamu tidak tinggal (di bumi) melainkan sebentar saja, kalau kamu mengetahui."

(QS. Al-Mu` minûn: 112-114)

Isu Itu Bohong

Jenderal George Kruck—seorang perwira yang termasuk paling anti terhadap orang Indian di Amerika - pada halaman 77 dari catatan hariannya menuliskan, "Semua kegelisahan hidup yang dialami oleh kebanyakan orang Indian kira-kira bersumber pada khayalan mereka, dan bukan pada realita kehidupan yang ada."

Allah berfirman,

Mereka mengira bahwa tiap-tiap teriakan yang keras ditujukan kepada mereka. **(QS. Al-Munâfiqûn: 4)**

Jika mereka berangkat bersama-sama kamu, niscaya mereka tidak menambah kamu selain kerusakan belaka, dan tentu mereka akan bergegas-gegas maju ke muka di celah-celah barisanmu. **(QS. At-Taubah: 47)**

Profesor Hawks dari Universitas Columbia telah menjadikan senandung berikut sebagai salah satu moto hidupnya: "Semua penyakit yang ada di bawah matahari pasti ada obatnya, atau sama sekali tidak pernah ada. Jika ada, maka berusahalah untuk mendapatkannya. Namun jika tidak, maka jangan dipikirkan."

Dalam sebuah hadits shahih disebutkan, *"Allah tidak pernah menurunkan sebuah penyakit, kecuali Dia juga menurunkan bersamanya obat; obat itu bisa diketahui oleh orang yang mengerti penyakit tersebut dan tidak bisa diketahui oleh orang yang tidak mengerti penyakit tersebut."*

Kesantunan Akan Menjauhkan Anda dari Kesalahan

Seorang guru di Jepang mengatakan kepada murid-muridnya, "Mengalah itu ibarat pohon *willow* (pohon yang tegak dan kuat), dan tidak melawan itu ibarat pohon *oak* (pohon yang keras dan kokoh)."

Disebutkan dalam sebuah hadits: *"Orang mukmin itu ibarat tanaman yang masih kecil yang ditiup angin ke kanan dan ke kiri."*

Seorang yang bijak itu ibarat air, yang tidak berbenturan dengan batu cadas namun menggenanginya dari samping kanan dan kiri, dari atas, dan bawah.

Dalam sebuah hadits yang lain disebutkan: "*Seorang mukmin itu ibarat unta yang dicucuk hidungnya. Jika diderumkan di atas batu, maka pasti dia akan menderum di atasnya."*

Yang Telah Lewat Tidak Akan Pernah Kembali

(Kami jelaskan yang demikian itu) agar kamu jangan berduka cita terhadap apa yang luput dari kamu. **(QS. Al-Hadîd: 23)**

Dr. Paul Brandon berdiri kemudian melemparkan kaleng susu ke tanah sambil berseru, "Janganlah Anda menangisi susu yang tumpah."

Sebuah ungkapan umum berbunyi: "Yang tidak dituliskan untukmu akan sulit Anda peroleh."

Adam berkata kepada Musa, "Apakah Anda mencelaku atas sesuatu yang telah Allah tetapkan kepadaku sebelum Dia menciptakan aku empat puluh tahun sebelumnya?"

Rasulullah berkata, *"Maka Adam pun mendebat Musa, Adam pun mendebat Musa, dan Adam pun mendebat Musa."*

Carilah Kebahagiaan Dalam Diri Sendiri, Bukan di Sekitar dan di Luar Diri Anda

Penyair Inggris, Milton, berkata, "Fungsi dan sifat akal itu bisa membuat surga menjadi neraka dan neraka menjadi surga."

Al-Mutanabbi berkata,

Orang berakal akan menderita dalam kenikmatan karena akalnya,

sedangkan orang bodoh akan bahagia dalam kesusahan.

Hidup Ini Bukan untuk Ditangisi

Napoleon berkata di Saint Helena, "Saya tidak pernah mengenal kebahagiaan sepanjang enam hari dalam hidupku."

Khalifah Hisyam ibn Abdul Malik mengatakan, "Aku menghitung hari-hari bahagiaku, ternyata hanya tiga belas hari saja."

Sedangkan ayahnya, Abdul Malik, mengeluh, "Seandainya aku tidak pernah memangku jabatan khilafah."

Said Ibnul Musayyib berkata, "Segala puji bagi Allah yang telah menjadikan mereka lari kepada kami dan bukan kami yang lari kepada mereka."

Ibnu Sammak seorang yang jago memberi nasehat menemui Harun al-Rasyid. Saat itu Harun sedang merasa haus dan meminta segelas air. Maka, Ibnu Sammak bertanya, "Seandainya Anda dicegah untuk minum air itu, apakah Anda akan menebusnya dengan separuh kerajaanmu?"

Harun menjawab, "Ya." Setelah selesai minum Ibnu Sammak bertanya lagi, "Jika Anda dicegah untuk mengeluarkan air yang telah Anda minum dari perutmu, apakah Anda rela membayar dengan separuh kerajaanmu yang lain?"

Harun menjawab, "Ya." Ibnu Sammak pun berkata, "Tidak ada artinya sebuah kerajaan yang nilainya tidak lebih berharga dari segelas air."

Jika dunia ini tak ada keimanan di dalamnya maka dunia tidak berguna, tidak berharga, dan tak bermakna.

Iqbal,seorang penyair filosof asal Pakistan, mengatakan,

"Jika iman telah tiada maka tidak ada lagi rasa aman,

dan tidak ada dunia bagi siapa saja yang tidak menghidupkan iman

Barangsiapa rela dengan kehidupan tanpa agama,

dia telah menjadikan kehancurannya sebagai teman karibnya."

Emerson dalam akhir makalahnya tentang kepercayaan terhadap diri sendiri mengatakan, "Kemenangan politik, naiknya upah, kesembuhan penyakit yang Anda derita, atau kembalinya hari-hari bahagia, akan membayang di hadapan Anda. Tapi jangan pernah mempercayainya, karena kenyataan yang terjadi tidaklah demikian. Tidak ada yang akan mendatangkan ketenangan dalam diri Anda kecuali diri Anda sendiri."

> *Wahai jiwa yang tenang, Kembalilah kepada Rabb-mu dengan hati yang puas dari diridhai-Nya.* **(QS. Al-Fajr: 27-28)**

Filosof dan penulis cerita, Epiktetos, memperingatkan, "Bahwa keharusan menghilangkan pemikiran yang salah dalam pikiran kita jauh lebih penting daripada menghilangkan bisul dan tumor dari tubuh kita."

Cukup mengherankan, bahwa peringatan terhadap penyakit pemikiran dan akidah, dalam al-Qur'an, lebih banyak dibandingkan peringatan terhadap penyakit jasmani. Allah berfirman,

> *Di dalam hati mereka ada penyakit, lalu ditambah Allah penyakitnya, dan bagi mereka siksa yang pedih, disebabkan mereka berdusta.*
> **(QS. Al-Baqarah: 10)**

> *Maka, tatkala mereka berpaling (dari kebenaran) Allah memalingkan hati mereka.* **(QS. Ash-Shâffat: 5)**

Filosof Perancis, Michel de Montaigne, menjadikan kata-kata berikut sebagai moto dalam hidupnya, "Manusia itu seharusnya tidak terpengaruh oleh peristiwa yang terjadi sebagaimana ia terpengaruh oleh pendapatnya terhadap peristiwa tersebut."

Dalam sebuah atsar disebutkan: "*Ya Allah jadikan aku rela dengan* qadha-*Mu hingga aku tahu bahwa apa yang menjadi bagianku pasti akan datang padaku dan yang bukan bagianku tidak akan pernah menimpaku."*

Rehat

Jangan bersedih. Sebab rasa sedih akan selalu mengganggumu dengan kenangan masa lalu. Kesedihan akan membuatmu khawatir dengan segala kemungkinan di masa mendatang. Serta akan menyia-nyiakan kesempatanmu pada hari ini.

Jangan bersedih. Karena rasa sedih hanya akan membuat hati menjadi kecut, wajah berubah muram, semangat makin padam, dan harapan kian menghilang.

Jangan bersedih. Sebab kesedihan hanya akan membuat musuh gembira, kawan bersedih, dan menyenangkan para pendengki. Kerap pula membuat hakikat-hakikat yang ada berubah.

Jangan bersedih. Karena rasa sedih sama dengan menentang qadha' dan menyesali sesuatu yang pasti. Kesedihan membuat kita jauh dari sikap lembut, juga benci terhadap nikmat.

Jangan bersedih. Sebab rasa sedih tidak akan pernah mengembalikan sesuatu yang hilang dan semua yang telah pergi. Tidak pula akan membangkitkan orang yang telah mati. Tidak mampu menolak takdir, serta tidak mendatangkan manfaat.

Jangan bersedih. Karena rasa sedih itu datangnya dari setan. Kesedihan adalah rasa putus asa yang menakutkan, kefakiran yang menimpa, putus asa yang berkelanjutan, depresi yang harus dihadapi, dan kegagalan yang menyakitkan.

Allah berfirman,

Bukankah Kami telah melapangkan untukmu dadamu. Dan Kami telah menghilangkan darimu beban. Yang memberatkan punggungmu. Dan Kami tinggikan bagimu sebutan (nama)mu. Karena sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan. Maka, apabila kamu telah selesai (dari suatu urusan) kerjakanlah dengan sungguh-sungguh (urusan) yang lain. Dan hanya kepada Rabb-mulah hendaknya kamu berharap.

(QS. Al-Insyirâh: 1-8)

Jangan Bersedih Selama Anda Beriman Kepada Allah

Keimanan adalah rahasia di balik kerelaan, ketenangan dan rasa aman. Sebaliknya, kebingungan dan kesengsaraan selalu mengiringi kekufuran dan keraguan. Sering saya melihat orang-orang pandai—bahkan jenius—yang jiwa mereka hampa dari cahaya risalah. Sehingga pernyataan-pernyataan mereka terhadap hal-hal yang berhubungan dengan syariat sangat menyakitkan.

Pendapat Abul A'la al-Ma'arri tentang syariah: "(Semua yang ada hanyalah) pertentangan, dan kita hanya bisa diam."

Sedangkan pendapat ar-Razi: "Puncak dari keberanian akal adalah keterbelengguan."

Al-Juwaini mengatakan, "Dia tidak tahu di mana Allah berada: Al-Hamadani telah membuatku bingung, Al-Hamadani membuatku bingung, al-Hamadani membuatku bingung."

Ibnu Sina berujar, "Sungguh, akal yang aktiflah yang akan berpengaruh di dunia ini."

Elia Abu Madhi berkata,

"Aku tak tahu dari mana aku datang, tapi aku datang.

Kulihat jejak-jejak membentuk jalan, lalu aku pun berjalan."

Masih banyak lagi ungkapan-ungkapan lain yang memiliki makna serupa. Banyak pula ungkapan kata dengan kadar kedekatan dan kejauhan yang berbeda terhadap kebenaran. Saya menjadi tahu bahwa dengan keimanan, manusia akan dapat menggapai bahagia. Sebaliknya, dengan kebingungan dan keraguannya dia menjadi sengsara.

Ungkapan-ungkapan berikut sama artinya dengan yang telah disebutkan di atas. Yakni, kata-kata sombong yang diucapkan oleh Fir'aun, si pelaku dosa besar: *"Aku tidak mengetahui Rabb bagimu selain Aku."* **(QS. Al-Qashash: 38)**, *(Seraya) berkata: "Akulah Rabb-mu yang paling tinggi."* **(QS. An-Nâzi'ât: 24)**

Sungguh, sebuah kekufuran yang telah memporakporandakan dunia.

James Allen, penulis buku *How Man Thinks,* mengatakan, "Manusia akan tahu bahwa setiap kali dia mengubah cara pandangnya terhadap sesuatu dan orang lain, maka sesuatu dan orang lain itu akan berubah sikap terhadap dirinya ... Biarkanlah orang akan mengubah cara berpikirnya dan kita akan terperanjat, betapa cepat kehidupan materialnya berubah. Sesuatu yang sakral untuk membentuk tujuan kita adalah diri kita sendiri."

Tentang pemikiran yang salah dan pengaruh yang ditimbulkannya, Allah berfirman,

Tetapi mereka menyangka bahwa Rasul dan orang-orang mukmin tidak sekali-kali akan kembali kepada keluarga mereka selama-lamanya dan syaitan telah menjadikan kamu memandang baik dalam hatimu persangkaan itu, dan

kamu telah menyangka dengan sangkaan buruk dan kamu menjadi kaum yang binasa. **(QS. Al-Fath: 12)**

Mereka menyangka dengan sangkaan yang tidak benar kepada Allah seperti sangkaan orang-orang jahiliyah. **(QS. Ali 'Imrân: 154)**

Kembali James Allen, "Semua yang telah direalisasikan oleh manusia tak lain merupakan hasil langsung dari pemikiran-pemikiran pribadinya. Manusia mampu bangkit, menang dan meraih tujuan-tujuan hidupnya dengan pikirannya. Dia akan senantiasa lemah dan celaka jika menolak untuk memahami ini semua."

Allah berfirman tentang tekad yang kuat dan pemikiran yang benar,

Dan, jika mereka mau berangkat, tentulah mereka akan menyiapkan persiapan untuk keberangkatan itu, tetapi Allah tidak menyukai keberangkatan mereka. **(QS. At-Taubah: 46)**

Dalam firman-Nya yang lain,

Kalau kiranya Allah mengetahui kebaikan ada pada mereka, tentulah Allah akan menjadikan mereka mendengar. **(QS. Al-Anfâl: 23)**

Maka Allah mengetahui apa yang ada di hati mereka, lalu Dia turunkan ketenangan atas mereka. **(QS. Al-Fath: 18)**

Jangan Bersedih Karena Masalah yang Sepele, Sebab Dunia dan Segala Isinya Tidak Ada Artinya

Pernah suatu hari seorang yang salih dilemparkan ke kawanan singa. Tapi, Allah menyelamatkannya. Orang-orang pun bertanya kepadanya, "Apa yang Anda pikirkan saat itu?" Orang salih itu menjawab, "Saya memikirkan tentang liur singa, apakah najis atau tidak. Dan, apa pendapat ulama tentang masalah ini?"

Saya telah menyebut nama Allah pada saat saya takut kepada-Nya bersama-sama orang-orang pemberani—dengan tombak yang sangat berbahaya. Maka lupalah aku akan semua kelezatan yang menggiurkan di hari nan pikuk hanya demi Sang Maha Perkasa. Allah Yang Maha Tinggi telah membedakan para sahabat sesuai dengan tujuan yang ada dalam hati mereka. Firman-Nya,

Di antara kamu ada orang yang menghendaki dunia dan di antara kamu ada orang yang menghendaki akhirat. **(QS. Ali 'Imrân: 152)**

Ibnu Qayyim menyebutkan, nilai manusia itu bisa diukur dengan semangat dan apa yang ia inginkan!

Salah seorang bijak bestari mengatakan, "Beritahukan kepadaku tentang apa yang dipikirkan seseorang, maka akan aku beritahukan kepadamu siapa sebenarnya orang itu!"

Ya, Allah akan memberikan naungan kepada siapa yang merindukan,
dan memberikan perlindungan kepada siapa yang menginginkannya.

Di tengah laut, sebuah perahu terbalik dan seorang ahli ibadah terlempar ke laut. Maka dia pun mulai berwudhu' dan mencuci anggota tubuhnya satu per satu. Dia berkumur-kumur dan menghirup air ke dalam hidungnya, lalu menyemburkannya. Ia berusaha untuk mencapai daratan, dan ternyata ia selamat. Kemudian ditanyakan hal itu kepadanya. Katanya, "Aku ingin berwudhu' sebelum meninggal agar mati dalam keadaan suci."

Pada saat sakaratul maut, Imam Ahmad menunjuk ke arah jenggotnya untuk mengingatkan mereka yang mewudhukannya.

Karena itu Allah memberikan kepada mereka pahala di dunia dan pahala yang baik di akhirat. **(QS. Ali 'Imrân: 148)**

Jangan Bersedih Jika Dimusuhi

Jika Anda selalu memberi maaf dan lapang dada maka Anda akan memperoleh kemuliaan dunia dan akhirat:

Maka barangsiapa memaafkan dan berbuat baik pahalanya atas (tanggungan) Allah. **(QS. Asy-Syûrâ: 40)**

Shakespeare mengatakan, "Jangan menyalakan perapian terlalu panas kepada musuhmu, agar tidak membakar dirimu sendiri."

Katakan pada mata yang sakit, matahari punya banyak mata
yang melihatnya dengan benar pada saat tenggelam dan terbit.
Biarkanlah setiap mata yang Allah gelapkan sinarnya, tetap dengan pandangannya: tidak melihat dan tidak sadar.

Ada orang pernah berkata kepada Salim Abdullah ibn Umar, seorang 'alim dari kalangan tabiin, "Anda adalah seorang yang berperilaku buruk!" Salim pun menjawab, "Memang, hanya engkaulah yang tahu tentang aku!"

Seorang sastrawan Amerika mengatakan, "Mungkin saja tongkat dan batu itu akan mampu meremukkan tulang-tulangku, namun kata-kata tidak akan mampu melukaiku."

Seseorang pernah berkata kepada Abu Bakar, "Demi Allah, akan aku cerca Anda dengan cercaan yang akan Anda bawa sampai ke dalam kuburmu!" Abu Bakar menimpali, "Tidak, tapi cercaanmu akan masuk bersamamu ke dalam kuburmu!"

Ada seseorang berkata kepada 'Amru ibn 'Ash, "Aku akan berusaha memerangimu." 'Amru menjawab, "Mulai sekarang engkau telah menjatuhkan dirimu dalam kesibukan yang sebenarnya."

Jenderal Eisenhower pernah menyatakan, "Jangan biarkan diri kita menyia-nyiakan pikiran kita untuk orang-orang yang tidak kita cintai, meski hanya sedetik!"

Seekor nyamuk berkata kepada pohon kurma: Hati-hatilah karena sesungguhnya saya akan terbang dan akan meninggalkanmu!

Maka berkatalah pohon kurma: Demi Allah, saya tidak merasakan sesuatu saat Anda hinggap padaku, lalu bagaimana aku akan merasakan sesuatu tatkala Anda terbang?!

Hatim berkata,

"Aku ampuni kata-kata buruk orang mulia sebagai simpanannya.

Dan aku berpaling dari cemoohan orang yang suka mencemooh karena sikap muliaku."

Konfusius mengingatkan, "Orang yang marah akan selalu memenuhi dirinya dengan racun."

Dalam sebuah hadits disebutkan, *"Jangan marah, jangan marah, jangan marah!!"*

Pada hadits lain disebutkan, *"Kemarahan itu adalah sebuah bara api dari neraka."*

Setan itu mengalahkan hamba dalam tiga hal: Ketika marah, ketika syahwatnya naik, dan ketika lalai.

Alam Diciptakan Memang Seperti Itu

Suatu hari Marcus Aurelius—salah seorang kaisar Romawi yang bijaksana—berkata, "Aku akan menghadapi orang-orang yang banyak bicara, yang egois alias hanya cinta pada diri mereka sendiri. Namun aku tidak kaget dan terganggu dengan itu semua. Sebab aku tidak pernah membayangkan alam yang tidak ada manusia seperti mereka!"

Jangan Kagumi Orang Jahat, Tapi Kagumilah Orang Baik

Aristoteles mengatakan, "Manusia ideal adalah manusia yang gembira dengan pekerjaan yang ia lakukan demi kepentingan orang lain dan ia sangat malu jika ada orang lain melakukan pekerjaan yang menjadi tugasnya. Sebab, memberi belas kasihan kepada orang lain adalah sebuah tanda ketinggian nilai. Sedangkan menerima belas kasihan dari orang lain merupakan petunjuk tentang kegagalan."

Dalam sebuah hadits disebutkan: *"Tangan yang di atas jauh lebih baik daripada tangan yang di bawah."*

Yang di atas adalah yang memberi. Sedangkan yang di bawah adalah yang menerima.

Jangan Bersedih Selama Anda Masih Memiliki Sepotong Roti, Segelas Air dan Kain yang Menutupi Tubuh

Seorang pelaut terombang-ambing di Lautan Teduh selama dua puluh satu hari. Tatkala selamat ia ditanya oleh banyak orang tentang pelajaran terbesar yang ia dapatkan dari peristiwa itu. Katanya, "Pelajaran terbesar yang dapat aku ambil dari pengalaman ini adalah: Jika Anda masih memiliki air yang bersih dan makanan yang cukup, tak perlu sedih."

Seorang yang bijak mengatakan, "Kehidupan hanyalah sesuap nasi dan seteguk minuman, selebihnya adalah sisa-sisa."

Jonathan Swift—penulis *Gulliver's Travel*—mengatakan, "Dokter yang paling baik di dunia adalah dokter ahli Diet, dokter Ketenangan dan dokter Riang. Mengurangi makan dengan ketenangan dan kegembiraan adalah obat paling mujarab, yang tidak perlu dipertanyakan lagi."

Penyebab obesitas adalah penyakit kronis. Perut buncit hanya akan menumpulkan otak. Ketenangan adalah makanan lezat bagi hati dan pesta bagi jiwa. Sedangkan keriangan adalah awal dari kegembiraan dan makanan yang bergizi.

Jangan Bersedih Dengan Ujian dan Cobaan Allah. Sebab, Bisa Jadi Itu Merupakan Karunia dan Ganjaran

Dr. Samuel Johnson mengatakan, "Kebiasaan melihat sisi baik dari semua peristiwa jauh lebih berharga daripada mendapatkan penghasilan seribu poundsterling dalam setahun."

> *Dan, tidakkah mereka (orang-orang munafik)itu memperhatikan bahwa mereka diuji sekali atau dua kali setiap tahun, kemudian mereka tidak (juga) bertaubat dan tidak (pula) mengambil pelajaran.* **(QS. At-Taubah: 127)**

Sebaliknya, al-Mutanabbi mengatakan, "Semoga semua peristiwa tidak menjual diriku untuk yang telah diambil dariku dengan kesabaran dan pengalaman yang diberikan."

Mu'awiyah berkata, "Bisa dikatakan orang sabar bila telah mengalami."

Abu Tamam berujar, "Betapa banyak nikmat Allah yang ada padanya, namun ia laksana di tempat asing dan tawanan."

Seorang salaf berkata kepada salah seorang yang kaya, "Aku melihat nikmat pada dirimu, maka ikatlah ia dengan rasa syukurmu."

Allah berfirman,

> *Sesungguhnya jika kamu bersyukur, pasti Kami akan menambah (nikmat) kepadamu, dan jika kamu mengingkari (nikmat-Ku), maka sesungguhnya azab-Ku sangat pedih.* **(QS. Ibrahîm: 7)**

> *Dan, Allah telah membuat suatu perumpamaan (dengan) sebuah negeri yang dahulunya aman lagi tenteram, rezekinya datang melimpah ruah dari segenap tempat, tetapi (penduduk)nya mengingkari nikma-nikmat Allah. Karena itu Allah merasakan kepada mereka pakaian kelaparan dan ketakutan, disebabkan apa yang mereka perbuat.* **(QS. An-Nahl: 112).**

Jangan Bersedih Karena Anda Berbeda Dengan Orang Lain

Dr. James Gordon Gilkey mengatakan, "Permasalahan ingin menjadi diri sendiri adalah sesuatu yang sudah tua setua sejarah dan sangat umum sekali seperti kehidupan manusia. Seperti halnya permasalahan ingin tidak menjadi diri sendiri, ini juga menjadi sumber yang banyak menimbulkan permasalahan psikologis."

Yang lain mengatakan, "Anda dalam penciptaan ini adalah sesuatu yang lain, yang tidak seorang pun menyerupai Anda, dan sebaliknya, Anda juga tidak menyerupai seorang pun. Sebab Dzat Sang Pencipta telah membedakan masing-masing di antara makhluk."

Allah berfirman:

Sesungguhnya usaha kamu memang berbeda-beda. **(QS. Al-Lail: 4)**

Angelo Battero telah menulis 30-an buku dan ribuan artikel tentang mendidik anak. Katanya, "Tidak ada orang yang paling menderita melebihi orang yang tumbuh tidak menjadi dirinya sendiri, tumbuh tidak menjadi jasadnya sendiri, dan tidak menjadi pikirannya sendiri."

Allah berfirman:

Allah telah menurunkan air (hujan) dari langit, maka mengalirlah air di lembah-lembah menurut ukurannya. **(QS. Ar-Ra'd: 17)**

Setiap orang memiliki sifat, watak, serta potensinya sendiri. Maka dari itu, seseorang tak boleh melebur ke dalam kepribadian orang lain.

Anda diciptakan dengan bakat tertentu untuk melakukan sebuah pekerjaan tertentu pula. Seperti dikatakan: "Bacalah diri Anda, lalu pahami apa yang akan Anda berikan."

Emerson dalam makalah *On Self-Reliance* menuliskan, "Akan sampai waktunya nanti ketika ilmu pengetahuan manusia sampai pada sebuah keyakinan bahwa kedengkian itu adalah sebuah kebodohan, dan bertaklid adalah bunuh diri. Dan, seseorang harus menerima dirinya sendiri dalam keadaan apa pun, karena itu adalah nasibnya. Walaupun alam semesta ini penuh dengan hal-hal yang baik, namun seseorang baru dapat menghasilkan satu biji atom setelah menanam dan mengolah tanah yang telah diberikan kepadanya. Kekuatan yang ada dalam dirinya adalah sesuatu yang baru dalam alam ini. Dan tidak ada yang tahu seberapa besar kemampuannya, sampai pun dirinya sendiri, hingga ia mencoba."

Dan, katakanlah: "Bekerjalah kamu, maka Allah dan Rasul-Nya serta orang-orang mukmin akan melihat pekerjaan itu." **(QS. At-Taubah: 105)**

Rehat

Ayat-ayat berikut ini akan memperkuat harapan, meneguhkan tekad, dan akan membenahi prasangka Anda terhadap *Rabb*.

Katakan: "Hai hamba-hamba-Ku yang melampaui batas terhadap diri mereka sendiri, janganlah kamu berputus asa dari rahmat Allah. Sesungguhnya Allah mengampuni dosa-dosa semuanya. Sesungguhnya Dialah yang Maha Pengampun lagi Maha Penyayang."

(QS. Az-Zumar: 53)

Dan, (juga) orang-orang yang apabila mengerjakan perbuatan keji atau menganiaya diri sendiri, mereka ingat akan Allah, lalu memohon ampun terhadap dosa-dosa mereka dan siapa lagi yang dapat mengampuni dosa selain dari pada Allah? Dan mereka tidak meneruskan perbuatan kejinya itu, sedang mereka mengetahui. **(QS. Ali 'Imrân: 135)**

Dan, barangsiapa mengerjakan kejahatan dan menganiaya dirinya, kemudian dia memohon ampun kepada Allah, niscaya ia mendapati Allah Maha Pengampun lagi Maha Penyayang. **(QS. An-Nisâ` : 110)**

Dan, apabila hamba-hamba-Ku bertanya kepadamu tentang Aku, maka (jawablah) bahwa Aku dekat. Aku mengabulkan permohonan orang yang berdoa apabila ia memohon kepada-Ku. Maka, hendaklah mereka memenuhi (segala perintah)-Ku dan hendaklah mereka beriman kepada-Ku, agar mereka selalu berada dalam kebenaran. **(QS. Al-Baqarah: 186)**

Atau, siapakah yang memperkenankan (doa) orang yang dalam kesulitan apabila ia berdoa kepada-Nya, dan yang menghilangkan kesusahan dan yang menjadikan kamu (manusia) sebagai khalifah di bumi? Maka apakah di samping Allah ada Rabb (yang lain)? Amat sedikitlah kamu (mengingat)-Nya. **(QS. An-Naml: 62)**

(Yaitu) orang-orang yang (menaati Allah dan Rasul) yang kepada mereka ada orang-orang yang mengatakan: "Sesungguhnya manusia telah mengumpulkan pasukan untuk menyerang kamu, maka takutlah kepada mereka," maka perkataan mereka itu menambah keimanan mereka

dan mereka menjawab: "Cukuplah Allah menjadi Penolong kami dan Allah adalah sebaik-baik Pelindung. **(QS. Ali 'Imrân: 173)**

Dan, aku menyerahkan urusanku kepada Allah. Sesungguhnya Allah Maha Melihat akan hamba-hamba-Nya. Maka Allah memelihara dari kejahatan tipu daya mereka. **(QS. Al-Mu` min: 44)**

Yang Tampak Berbahaya Mungkin Bermanfaat

William James berujar, "Penderitaan telah membantu kita untuk mencapai suatu batas yang tidak pernah terbayangkan. Andaikata Dostoyevsky dan Leo Tolstoy tidak mengalami kehidupan yang pahit, keduanya tak akan sukses menulis memoar dan novel-novel yang mengagumkan dan abadi hingga saat ini."

Dengan demikian, keyatiman; kebutaan; pengasingan; dan kemiskinan adalah salah satu sebab tumbuhnya kreativitas, produktivitas, kemajuan dan kontribusi.

Seorang penyair berkata,

"Kadangkala Allah menganugerahkan nikmat dengan cobaan,

walau sangat besar.

Dan, telah menguji sebagian kaum dengan nikmat.

Sesungguhnya anak-anak dan kekayaan telah menjadi sebab munculnya kesengsaraan:

Maka, janganlah harta benda dan anak-anak mereka menarik hatimu. Sesungguhnya Allah menghendaki dengan (memberi) harta benda dan anak-anak itu untuk menyiksa mereka dalam kehidupan dan kelak akan melayang nyawa mereka, sedang mereka dalam keadaan kafir. **(QS. At-Taubah: 35)**

Ibnu Atsir menulis buku-bukunya yang mempesona seperti *Jamî' al-Ushûl* dan *An-Nihâyah* dalam keadaan ia tidak bisa berjalan.

As-Sarakhsi menulis bukunya yang terkenal *Al-Mabsûth* yang berjumlah lima belas jilid saat ia dipenjara di bawah tanah.

Ibnu Qayyim menulis bukunya *Zâdul Ma'âd* saat ia berada di dalam perjalanan.

Al-Qurthubi menulis syarah untuk *Shahîh Muslim* saat dia berada di atas perahu.

Sedangkan kebanyakan dari fatwa-fatwa Ibnu Taimiyyah ditulis saat dia berada di dalam penjara.

Para ahli hadits mengumpulkan ratusan ribu hadits saat mereka berada dalam keadaan miskin dan terasing.

Seorang salih memberitahukan bahwa dia pernah dipenjara. Dia berhasil menghafalkan Al-Qur'an secara keseluruhan di dalam penjara, dan bisa membaca sebanyak empat puluh jilid buku.

Abul A'la al-Ma'arri mendiktekan kumpulan sajaknya justru saat dia buta.

Thaha Husein buta, saat itu ia mulai menuliskan memoar dan buku-bukunya.

Banyak orang bersinar justru setelah melepaskan jabatannya. Karena setelah itu ia bisa mempersembahkan ilmunya dan ide-idenya secara optimal dibandingkan ketika masih memangku jabatan.

Banyak kesulitan mengepung, lalu Allah menundukkannya.

Tapi Anda sangat tidak memperhatikannya.

Francis Bacon mengatakan, "Sangat sedikit filsafat yang menggiring pada kekafiran. Sebaliknya, mendalami filsafat akan mendekatkan otak pada agama."

Dan, tiada yang memahaminya kecuali orang-orang yang berilmu.
(QS. Al-'Ankabût: 43)

Sesungguhnya yang takut kepada Allah di antara hamba-hamba-Nya, hanyalah ulama. **(QS. Fâthir: 28)**

Dan, berkatalah orang-orang yang diberi ilmu pengetahuan dan keimanan (kepada orang-orang kafir): "Sesungguhnya kamu telah berdiam (dalam kubur) menurut ketetapan Allah, sampai hari berbangkit."
(QS. Ar-Rûm: 56)

Katakanlah: "Sesungguhnya aku hendak memperingatkan kepadamu suatu hal saja, yaitu supaya kamu menghadap Allah (dengan ikhlas) berdua-dua atau sendiri-sendiri; kemudian kamu pikirkan (tentang Muhammad) tidak ada penyakit gila sedikit pun pada kawanmu itu." **(QS. Sabâ` : 46)**

Dr. A.A. Brill mengatakan, "Mukmin sejati tidak akan dijangkiti penyakit jiwa."

Sesungguhnya orang-orang yang beriman dan beramal salih, kelak Allah Yang Maha Pemurah akan menanamkan dalam (hati) mereka rasa sayang.
(QS. Maryam: 96)

Barangsiapa mengerjakan amal salih, baik laki-laki maupun perempuan dalam keadaan beriman, maka sesungguhnya akan Kami berikan kepadanya kehidupan yang baik. **(QS. An-Nahl: 97)**

Dan, sesungguhnya Allah adalah Pemberi petunjuk bagi orang-orang yang beriman kepada jalan yang lurus. **(QS. Al-Hajj: 54)**

Iman: Obat Paling Mujarab

Salah seorang psikiater terkenal, Dr. Carl Jung, pada halaman 264 dari bukunya yang berjudul *The Modern Man In Search of Spirit*, menulis: "Selama tiga puluh tahun, orang-orang dari berbagai negeri berperadaban datang menemui saya untuk melakukan konsultasi. Saya telah mengobati ratusan pasien dan sebagian mereka berusia setengah baya, yakni 35 tahun ke atas. Dan, tak seorang pun di antara mereka yang tidak mengembalikan persoalannya kepada agama sebagai pandangan hidup. Maka, bisa saya katakan bahwa setiap dari mereka jatuh sakit karena kehilangan apa yang telah diberikan agama kepada orang-orang yang beriman. Dan, jika belum mampu mengembalikan keimanannya yang sejati, maka tidak akan bisa disembuhkan."

Dan, barangsiapa berpaling dari mengingat-Ku, maka sesungguhnya baginya penghidupan yang sempit. **(QS. Thâhâ: 123)**

Akan Kami masukkan ke dalam hati orang-orang kafir rasa takut, disebabkan mereka mempersekutukan Allah. **(QS. Ali 'Imrân: 151)**

Gelap gulita yang bertindih-tindih, apabila dia mengeluarkan tangannya, tiadalah dia dapat melihatnya, (dan) barangsiapa yang tiada diberi cahaya (petunjuk) oleh Allah tiadalah dia mempunyai cahaya sedikit pun.
(QS. An-Nûr: 40)

Jangan Bersedih, Karena Allah Mengabulkan Permohonan Seorang Musyrik. Apalagi Terhadap Seorang Muslim yang Bertauhid?

Mahatma Gandhi—pemimpin India paling populer setelah Budha—hampir saja hancur, seandainya ia tidak mendapatkan inspirasi dari kekuatan yang ada pada sembahyang. Bagaimana saya bisa tahu? Sebab Gandhi sendiri mengatakan, "Seandainya saya tidak melakukan sembahyang, pasti saya telah menjadi orang gila sejak dulu."

Demikian dampak dari sembahyang. Kita tahu bahwa Gandhi bukan seorang muslim. Dia berada dalam kesesatan. Namun dia teguh berpegang pada satu keyakinan beragama:

> *Maka, tatkala mereka naik kapal, mereka berdo'a kepada Allah dengan memurnikan ketaatan kepada-Nya.* **(QS. Al-'Ankabût: 65)**

> *Atau siapakah yang memperkenankan (do'a).* **(QS. An-Naml: 62)**

> *Dan, mereka yakin bahwa mereka dikepung bahaya, maka mereka berdoa kepada Allah dengan mengikhlaskan ketaatan kepada-Nya semata-mata.* **(QS. Yûnus: 22)**

Selama meneliti pernyataan-pernyataan ulama, sejarawan dan sastrawan muslim secara umum, ternyata saya tidak mendapatkan petunjuk bahwa mereka pernah mengalami depresi, tekanan dan penyakit jiwa. Hal ini disebabkan mereka hidup dalam agama: penuh ketenangan dan kedamaian. Kehidupan mereka jauh dari benturan-benturan dan tekanan-tekanan ke arah tertentu.

> *Dan, orang-orang yang beriman (kepada Allah) dan mengerjakan amal-amal salih serta beriman kepada Muhammad dan itulah yang hak dari Rabb-mu, Allah menghapuskan kesalahan-kesalahan mereka dan memperbaiki keadaan mereka.* **(QS. Muhammad: 2)**

Coba simak perkataan Abu Hazim, "Antara saya dan para raja itu hanya dibedakan satu hari. Tentang hari kemarin, mereka tidak bisa merasakan kenikmatannya lagi, (tapi saya bisa,). Sementara kami sama-sama khawatir terhadap apa yang akan terjadi besok. Dan, hari ini adalah apa yang masih mungkin terjadi?"

Dalam sebuah hadits Rasulullah disebutkan: *"Ya Allah aku memohon kepada-Mu kebaikan hari ini: berkahnya, pertolongannya, cahayanya dan hidayah-nya."*

Tsabit ibn Zuhair yang bergelar *"Taabbath Syarran"* berkata,

"Jika seseorang tidak berusaha,

padahal nasibnya telah mengharuskannya berusaha,

dia telah menyia-nyiakan nasibnya itu, dan akan ditinggalkan.

Namun orang yang bertekad baja tidak pernah menyerah pada ujian,

akan selalu melihat masalah dengan mata terbuka."

Dia adalah penembus zaman, yang selalu bergerak:

jika ditutup satu pintu, dia akan menerobos pintu yang lain.

Wahai orang-orang yang beriman, bersiapsiagalah kamu.
(QS. An-Nisâ` : 71)

Dan, hendaknya dia bersikap lemah lembut dan janganlah sekali-kali menceritakan halmu kepada seorang pun. **(QS. Al-Kahfi: 19)**

Tidak ada doa mereka selain ucapan: "Ya Rabb kami, ampunilah dosa-dosa kami dan tindakan-tindakan kami yang berlebih-lebihan dalam urusan kami, dan tetapkanlah pendirian kami, dan tolonglah kami terhadap kaum yang kafir." **(QS. Ali 'Imrân: 147)**

Jangan Bersedih. Karena Sesungguhnya Kehidupan Lebih Pendek dari yang Anda Bayangkan

Dale Carnegie menyebutkan kisah seseorang yang mengalami abses dalam pencernaannya. Kondisinya sangat kritis sampai-sampai para dokter mengatakan bahwa saat kematiannya telah datang. Mereka memintanya untuk mempersiapkan kain kafan.

Tiba-tiba Earl P. Haney—nama pasien itu—mengambil satu keputusan yang sangat mengejutkan. Ia berpikir tentang dirinya. "Jika saya tak punya waktu lagi untuk hidup di dunia, kecuali hanya dalam jangka waktu yang sangat pendek, mengapa tidak saya pergunakan waktu tersebut untuk menikmati kehidupan dunia?" Earl bertanya-tanya.

"Telah lama saya memendam keinginan untuk berkelana keliling bumi sebelum kematian datang menjemput. Maka, kinilah waktu yang tepat bagiku untuk mewujudkan cita-cita lama itu," sambungnya.

Lalu dia pun membeli tiket perjalanan. Para dokter kebingungan dan berkata kepadanya, "Kami telah memberi peringatan kepada Anda. Jika Anda tetap nekad melakukan perjalanan ini, Anda pasti akan dikubur di dalam lautan!" Spontan dia menjawab, "Tidak, itu semua tidak akan pernah terjadi. Sebab saya telah berjanji kepada semua keluarga saya bahwa jenazah saya tidak akan dikuburkan kecuali di kuburan keluarga."

Maka Earl P. Haney pun segera naik perahu sambil menyenandungkan syair yang diilhami oleh apa yang dikatakan oleh Omar Khayam,

Mari kita bercerita tentang sebuah kisah manusia,

dan kita lalui umur ini dengan pesta malam yang manis

Tidaklah tidur itu mampu memanjangkan umur,

dan tidak pula tidur malam akan memendekkan umur

Bait-bait sajak ini keluar dari mulut seorang non-muslim. Lalu, Earl mengawali perjalanan yang sangat menyenangkan dan penuh ceria. Dia mengirimkan surat kepada istrinya. "Saya telah makan dan minum apa saja yang enak di atas kapal. Saya nyanyikan senandung-senandung indah. Saya makan semua makanan sampai makanan berlemak yang sebelum ini menjadi pantanganku. Saya sungguh menikmati kehidupan ini jauh daripada apa yang saya alami pada hari-hari yang lalu dalam hidupku," tulisnya.

Lalu apa yang terjadi? Dale Carnegie menyatakan bahwa lelaki itu sembuh dari penyakitnya. Menurut Carnegie, metode yang dia pergunakan sangat manjur untuk menghilangkan penyakit dan menaklukkan rasa sakit.

Hanya, saya pribadi tidak setuju dengan bait-bait Omar Khayam. Karena di dalamnya ada beberapa hal yang menyimpang dari manhaj Rabbani. Namun, maksud dari kisah ini adalah sekadar menunjukkan bahwa rasa gembira, suka cita dan rileks adalah lebih utama dan manjur daripada resep dokter belaka.

Jangan Bersedih, Jika Masih Punya Sesuatu yang Cukup

Ibnu Rumi berkata,

> *"Ketamakan mendekatkan kendaraan untuk orang yang sengsara.*
> *Ketamakan adalah kendaraan orang-orang yang menderita.*
> *Selamat datang kecukupan yang datang dengan tenang,*
> *dan setiap kelelahan akan mendapatkan kebaikan."*

> *Dan, sekali-kali bukanlah harta dan bukan (pula) anak-anak kamu yang mendekatkan kamu kepada Kami sedikit pun; tetapi orang-orang yang beriman dan mengerjakan amal-amal salih, mereka itulah yang memperoleh balasan yang berlipat ganda disebabkan apa yang telah mereka kerjakan; dan mereka senantiasa aman sentosa di tempat-tempat yang tinggi (di surga).*
> **(QS. Sabâ` : 37)**

Dale Carnegie mengatakan, "Angka statistik menyebutkan bahwa depresi adalah pembunuh nomor 1 di Amerika. Di sela-sela Perang Dunia II telah terbunuh sekitar 1/3 juta pasukan perang. Dan, pada saat itu juga penyakit jantung telah memakan korban sedikitnya dua juta jiwa. Di antara dua juta penduduk itu, kematian mereka disebabkan karena depresi dan gangguan syaraf."

Penyakit hati adalah penyebab utama yang mendorong Dr. Alexis Carlyle mengatakan, "Para pekerja yang tidak tahu bagaimana menghadapi kesedihan akan mati lebih cepat."

Penyebabnya sangat masuk akal, dan permasalahan ajal memang telah Allah tetapkan:

> *Sesuatu yang bernyawa tidak akan mati melainkan dengan izin Allah, sebagai ketetapan yang telah ditentukan waktunya.* **(QS. Ali 'Imrân: 145)**

Sangat sedikit orang Indian Amerika dan orang-orang Cina yang mengidap penyakit gangguan hati. Mereka adalah orang-orang yang menjalani hidup dengan sangat santai dan enteng. Sebaliknya, jumlah dokter yang mati karena serangan liver jauh lebih banyak 20 kali lipat dibandingkan para petani yang mati dengan penyakit yang sama. Sebab para dokter itu menjalani kehidupan sangat depresif. Mereka juga harus membayar biaya perawatan dengan harga mahal. Sangat ironis, dokter yang mengobati orang lain, namun dia sendiri sakit.

Keridhaan Hati Menghilangkan Kesedihan

Dalam sebuah hadits disebutkan: *"Kami tidak pernah mengatakan kecuali apa yang membuat Rabb-ku ridla."*

Anda menanggung tugas yang suci, yakni tunduk dan pasrah pada saat Anda dihadapkan pada takdir agar hasil yang diperoleh menjadi kemaslahatan, dan akibat baiknya juga untuk diri Anda. Sebab, dengan kesadaran seperti ini Anda akan terhindar dari kerugian di hari ini dan kebangkrutan di masa mendatang.

Seorang penyair berkata,

"Tatkala kulihat uban tampak

pada bagian depan kepala dan pusaran kepala,

kukatakan: Selamat datang wahai uban.

Walaupun aku khawatir,

jika kupenuhi salamku maka dia akan menyimpang dariku,

dan sebenarnya aku juga ingin dia menyimpang.

Namun, jika telah datang sebuah cobaan, jiwaku merasa lapang

karena satu hari nanti bencana akan hilang juga."

Satu-satunya jalan adalah Anda harus beriman kepada takdir Allah, sebab takdir pasti akan diberlakukan. Meski, Anda harus mengelupaskan diri dari kulit dan keluar dari baju Anda.

Dinukilkan dari Harry Emerson Fosdick dalam bukunya *The Power to See It Through,* dia pernah mengajukan sebuah pertanyaan: Dari mana kita mendapatkan ide yang mengatakan bahwa kehidupan yang indah dan tenang, yang terhindar dari segala kesulitan dan rintangan, akan melahirkan orang-orang yang paling bahagia dan orang-orang besar?

Sesungguhnya yang terjadi adalah sebaliknya. Orang yang terbiasa menempatkan dirinya dalam kesedihan akan tetap berada dalam kesedihan, walaupun sedang tidur di atas sutera yang lembut. Sejarah memberi kesaksian kepada kita bahwa keagungan dan kebahagiaan telah menyerahkan pusat kendalinya kepada orang-orang dari latar belakang lingkungan yang berbeda. Yakni lingkungan yang di dalamnya ada kebaikan dan kejahatan, dan lingkungan yang tidak memisahkan antara kebaikan dan kejahatan secara tegas. Di lingkungan itu tumbuh manusia-manusia yang mampu memikul tanggung jawab di atas pundak mereka dan bukan yang melepas tanggung jawab.

Orang-orang yang mengangkat panji hidayah *rabbaniyah* pada masa-masa awal dakwah Rasulullah adalah justru para budak, orang-orang miskin dan tidak beruntung. Sebaliknya, orang-orang yang menentang keimanan yang suci adalah orang-orang terpandang dan punya kedudukan terhormat.

Bacalah firman-firman Allah di bawah ini:

Dan, apabila dibacakan kepada mereka ayat-ayat Kami yang terang (maksudnya) niscaya orang-orang yang kafir berkata kepada orang-orang yang beriman: "Manakah di antara kedua golongan (kafir dan mukmin) yang lebih baik tempat tinggalnya dan lebih indah pertemuan(nya)." **(QS. Maryam: 91)**

Dan, mereka berkata: "Kami lebih banyak mempunyai harta dan anak-anak (daripada kamu) dan kami sekali-kali tidak akan diadzab." **(QS. Sabâ` : 35)**

Orang-orang yang semacam inikah di antara kita yang diberi anugerah oleh Allah kepada mereka? (Allah berfirman): "Tidakkah Allah lebih mengetahui tentang orang-orang yang bersyukur (kepada-Nya)?" **(QS. Al-An'âm: 53)**

Dan, orang-orang kafir berkata kepada orang-orang yang beriman: "Kalau sekiranya dia (al-Qur'an) adalah suatu yang baik, tentulah mereka tidak mendahului kami (beriman) kepadanya." **(QS. Al-Ahqâf: 11)**

Orang-orang yang menyombongkan diri berkata: "Sesungguhnya kami adalah orang yang tidak percaya kepada apa yang kamu imani itu."
(QS. Al-A'râf: 76)

Dan, mereka berkata: "Mengapa al-Qur'an ini tidak diturunkan kepada seorang pembesar dari salah satu dua negeri (Mekah dan Thaif) ini?" Apakah mereka yang membagi-bagi rahmat Rabb-mu? **(QS. Az-Zukhruf: 31-32)**

Saya menjadi teringat dengan sebuah bait syair yang digubah Antarah, saat dia memberitahukan kepada kita bahwa harga dirinya terletak dalam karakter dan kebaikannya, bukan pada asal-usul dan garis keturunannya. Kata dia,

"Jika aku adalah seorang hamba,
maka aku adalah tuan dalam derma.
Atau jika aku berkulit hitam,
tapi akhlakku berwarna putih."

Jika Anda Kehilangan Salah Satu Anggota Tubuh, Sesungguhnya Masih Ada Anggota Tubuh yang Lain

Ibnu Abbas berkata,

"Jika Allah mencabut cahaya dari kedua mataku,

maka dalam lisan dan pendengaranku masih ada cahaya.

Kalbuku sangat cerdas, akalku tidak bengkok,

dan dalam mulutku ada keteguhan laksana pedang yang tajam"

Mungkin saja musibah yang menimpa adalah sebuah kebaikan bagi Anda. Itu intinya.

Boleh jadi kamu membenci sesuatu, padahal ia amat baik bagimu.

(QS. Al-Baqarah: 216)

Bassyar ibn Burd berkata,

"Musuh-musuhku mencelaku, padahal aib ada pada mereka.

Bukan sebuah kehinaan kalau harus disebut buta.

Jika seseorang mampu melihat keperwiraan dan ketakwaan,

maka butanya dua mata bukanlah kebutaan.

Saya melihat dalam kebutaan ada pahala, simpanan dan penjagaan,

dan aku sangat membutuhkan ketiganya."

Lihatlah perbedaan ungkapan yang dilontarkan Abdullah ibn Abbas dan Bassyar dengan apa yang dikatakan oleh Salih ibn Abdul Quddus tatkala dilanda kebutaan.

"Selamat tinggal dunia,

sudah tak ada lagi nasib baik bagi orang yang buta di dunia.

Dia sebenarnya sudah mati, namun dianggap masih hidup.

Harapan bohong itu akan meninggalkan prasangkanya.

Dokter menjanjikan kesembuhan.

Namun, antara yang satu dengan yang lain demikian dekatnya."

Qadha' Allah pasti akan diberlakukan, baik kepada yang menolak atau yang menerima. Yang menerima akan mendapat pahala dan kebahagiaan, sedangkan yang menolak berdosa dan akan sengsara.

Umar ibn Abdul Aziz menulis surat kepada Maymun ibn Mahran: "(Terima kasih atas) surat belasungkawamu atas wafatnya Abdul Malik.

Inilah [qadha`] yang selama ini aku tunggu-tunggu, dan ketika benar-benar terjadi aku bisa menerimanya."

Hari-hari Akan Terus Berputar

Diriwayatkan bahwa Ahmad ibn Hanbal menjenguk Baqi' ibn Mukhallad yang sedang terbaring sakit. Ahmad menyapa Baqi', "Wahai Abu Abdur Rahman, bergembiralah dengan ganjaran yang Allah janjikan. Yakni, Hari-hari sehat yang tidak akan ada sakit di dalamnya, dan hari-hari sakit yang tidak ada lagi kesehatan di dalamnya ...."

Arti ungkapan itu: Di saat sehat tidak pernah terlintas dalam benak manusia tentang sakit. Hal ini menyebabkan keinginan manusia menjadi demikian kuat, cita-cita yang akan diraih makin banyak, ambisi yang hendak dicapai makin membesar, dan obsesinya kian tumbuh subur. Sebaliknya, sewaktu sakit keras tidak pernah terlintas dalam pikirannya tentang sehat. Hal ini membuat jiwa diliputi harapan yang tak berdaya, semangat yang terpenjara, dan putus asa yang menggejala.

Perkataan Imam Ahmad itu diambil dari firman Allah berikut ini,

> *Dan, jika Kami rasakan kepada manusia suatu rahmat (nikmat) dari Kami, kemudian rahmat itu Kami cabut daripadanya, pastilah dia menjadi putus asa lagi tidak berterima kasih. Dan jika Kami rasakan kepadanya kebahagiaan sesudah bencana yang menimpanya, niscaya dia akan berkata: "Telah hilang bencana-bencana itu daripadaku", sesungguhnya dia sangat gembira lagi bangga. Kecuali orang-orang yang sabar (terhadap bencana) dan mengerjakan amal-amal salih; mereka itu beroleh ampunan dan pahala yang besar.*
>
> **(QS. Hûd: 9-11)**

Al-Hafizh Ibnu Katsir berkata, "Allah Yang Maha Tinggi memberitahukan tentang manusia dan sifat-sifat tercela yang ada dalam diri mereka, kecuali mereka yang diberi rahmat, yakni hamba-hamba-Nya yang mukmin. Allah memberitahukan bahwa jika dia mendapatkan suatu kesulitan setelah adanya limpahan nikmat, maka dia akan segera menjadi putus asa dan patah semangat untuk mencapai kebaikan di masa depan. Pada saat yang sama ia mengingkari apa yang terjadi di masa lalu seakan-akan dia belum pernah melihat kebaikan dan seakan-akan tidak pernah mengharapkan jalan keluar."

Demikian pula halnya, ketika mendapat limpahan nikmat setelah sebelumnya dililit bencana.

Telah hilang bencana-bencana itu dariku. **(QS. Hûd: 10)**

Sesungguhnya dia sangat gembira lagi bangga. **(QS. Hûd: 10)**

Ayat ini menjelaskan bahwa dia bangga dengan yang telah diraihnya, sombong dan selalu membanggakan diri kepada sesama.

Kecuali orang-orang yang sabar (terhadap bencana), dan mengerjakan amal-amal salih; mereka itu beroleh ampunan dan pahala yang besar.

(QS. Hûd: 11)

Anda Harus Keluar di Bumi Allah yang Luas Ini

Seorang bijak bestari mengatakan, "Perjalanan akan menghilangkan kesedihan."

Al-Hafizh Ar-Ramhurmuzi dalam bukunya *Al-Muhaddits al-Fâshil* menjelaskan faedah perjalanan yang bertujuan menuntut ilmu dan mencari kenikmatan. Buku itu ditulis sebagai bantahan atas orang yang tidak suka melakukan perjalanan untuk menuntut ilmu, dan bahkan mencelanya. Dia menulis sebagai berikut:

"Seandainya orang yang mencela para pengembara (penuntut ilmu) mengetahui kelezatan yang diraih dari pengembaraan itu, besarnya semangat yang dirasakannya ketika meninggalkan tanah kelahirannya, dan kenikmatan yang dirasakan oleh semua anggota tubuhnya pada saat memanfaatkan seluruh kesempatannya untuk melihat tempat dan rumah yang baru, pada saat melihat dusun-dusun kecil, pada saat melihat kebun-kebun dan tanah-tanah yang lapang, pada saat mengenal bentuk muka baru, pada saat melihat keajaiban negeri-negeri, pada saat melihat perbedaan bahasa dan kulit, pada saat istirahat di bawah bayangan dinding-dinding dan kebun, pada saat makan di dalam mesjid, minum di lembah-lembah, dan tidur di mana pun saat malam tiba, pada saat berteman dengan siapa saja yang dicintainya karena Allah tanpa memandang lagi faktor kerabat dan famili; ketika segala bentuk kepura-puraan ditinggalkan, dan ketika semua kegembiraan itu sampai ke dalam hatinya karena sudah dekat dengan apa yang dia inginkan, karena tercapainya maksud yang dia

dambakan, karena keberhasilannya menembus majlis yang dia dambakan, dan karena kemampuannya menaklukkan semua rintangan."

"Maka, semua ini memberikan pelajaran kepadanya bahwa kenikmatan dunia ini terhimpun dalam keindahan semua peristiwa itu, dalam kemanisan pemandangan-pemandangan itu, dan kemampuan mengambil semua faedah yang ada. Bagi yang mendapatkannya, semua itu jauh lebih indah dari bunga di musim semi, dan jauh lebih berharga dari simpanan emas murni yang kapan saja bisa dirampas oleh orang yang jahat."

Rehat

"Sesungguhnya Allah, bila menyukai sebuah kaum maka Dia akan menurunkan cobaan kepada mereka. Maka barangsiapa yang ridla dengan ujian itu maka keridlaan Allah baginya, dan barangsiapa yang membenci maka kebencian pula yang akan dia terima." **(Al-Hadîts)**

"Orang yang paling berat menerima cobaan adalah para Nabi, kemudian orang-orang terbaik setelah mereka. Seseorang dicoba sesuai dengan kadar keagamaannya. Barangsiapa yang kuat keyakinan agamanya maka cobaan yang ia terima akan semakin berat, dan barangsiapa yang memiliki bobot keagamaan yang ringan akan diuji sesuai dengan kadar keagamannya. Cobaan itu akan senantiasa diturunkan kepada hamba sehingga ia dibiarkan berjalan di atas bumi tanpa menanggung satu kesalahan pun." **(Al-Hadîts)**

"Sungguh unik perkara orang mukmin itu! Semua perkaranya adalah baik. Jika mendapat kebaikan ia bersyukur, maka itu menjadi sebuah kebaikan baginya. Dan jika ditimpa musibah ia bersabar, maka itu juga menjadi sebuah kebaikan baginya." **(Al-Hadîts)**

"Ketahuilah bahwa seandainya seluruh umat manusia itu berkumpul untuk memberikan manfaat kepadamu berupa sesuatu, niscaya mereka tidak akan mampu memberikan manfaat kepadamu selain berupa sesuatu yang telah ditetapkan Allah bagimu. Dan, seandainya mereka semua berkumpul untuk mencelakakanmu dengan sesuatu, niscaya mereka tidak akan mampu mencelakakanmu kecuali dengan sesuatu yang ditetapkan Allah atasmu." **(Hadits Qudsi)**

"Orang-orang salih mendapat cobaan, kemudian orang-orang yang terbaik setelah mereka, lalu yang terbaik setelah mereka." **(Al-Hadîts)**

"Orang mukmin itu ibarat tanaman yang masih baru tumbuh, yang ditiup angin ke kanan dan ke kiri." **(Al-Hadîts)**

Jangan Bersedih Pada Detik-detik Terakhir Kehidupan Anda

Abur Raihan al-Biruni, Penulis prolifik dan pemikir muslim—w. 440, **penj.** Al-Biruni, memiliki umur relatif panjang: 78 tahun.

Dia adalah sosok yang tekun dengan dunia keilmuan dan penulisan buku. Dia membuka bab-babnya, mencari dengan serius semua yang samar dan yang jelas. Hampir-hampir pena tak pernah sekali pun lepas dari tangannya. Matanya tak pernah berkedip mengamati. Otaknya pun tak pernah berhenti berpikir, kecuali saat mencari penghidupannya: sesuap nasi dan sekadar pakaian. Selain itu adalah kebiasaannya sehari-hari. Apa itu? ilmu, yang lewat wajahnya terbuka semua kesulitan dan yang dari tangannya lepas semua pintu-pintu penutup.

Al-Faqih Abul Hasan Ali ibn Isa berkata: "Saya menemui Abur Raihan Al-Biruni saat tengah sakaratul maut dengan nafas tersengal-sengal dan dada yang sesak. Dalam keadaan seperti itu ia masih sempat bertanya kepada saya, 'Bagaimana menurutmu tentang penghitungan nenek yang tidak berhak mendapatkan warisan?'"

Karena kasihan kepadanya, maka saya balik bertanya, "Apakah dalam keadaan seperti kau masih harus bertanya padaku mengenai hal itu?" Ia menjawab, "Bagaimana ini. Aku akan meninggalkan dunia, dan harus mengerti masalah itu. Bukankah itu jauh lebih baik daripada aku harus meninggalkannya dan tidak pernah mengerti?"

Maka, saya pun mengatakan hal itu kepadanya, dan dia langsung memahaminya. Dia juga balik mengajarkan apa yang pernah dia janjikan. Setelah itu saya pun keluar, dan tiba-tiba saja terdengar suara tangis dari arah rumahnya. Sungguh semangat hiduplah yang mengikis semua rasa takut itu.

Pada saat Umar, Al-Faruq, dalam keadaan sakaratul maut dan darah mengalir deras dari lukanya, dia masih sempat bertanya kepada seorang sahabat, apakah ia telah menyempurnakan shalat.

Dalam perang Uhud, Sa'ad ibn Rabi' terluka dan tubuhnya berlumuran darah. Namun pada saat menjelang kematiannya dia masih sempat menanyakan keadaan Rasulullah. Inilah gambaran tentang tekad yang kuat dan hati yang tulus.

Jangan Bersedih Jika Kematian Menjemput

Ibrahim ibn al-Jarrah bercerita: "Saat Abu Yusuf sakit, saya datang menjenguknya. Saya mendapatinya sedang pingsan. Ketika sadar, dia bertanya, 'Apa pendapatmu tentang masalah ini?' Saya jawab, 'Apakah dalam keadaan seperti ini engkau masih menanyakan hal itu?' Dia menjawab, 'Tidak apa-apa kita mempelajarinya, semoga dengannya ada orang yang terselamatkan.'

Kemudian dia bertanya, 'Wahai Ibrahim, mana posisi yang paling baik saat melempar jumrah: dengan berjalan kaki atau menaiki kendaraan?' Saya jawab, 'Menaiki kendaraan.' Dia berkata, 'Engkau salah!' Saya kemudian mengatakan, 'Jalan kaki!' Dia berkata lagi, 'Engkau juga salah!' Lalu saya ganti bertanya, 'Lalu mana yang lebih baik?' Dia menjawab, 'Bagi yang berdiri lebih dekat maka lebih baik melempar sambil berjalan kaki. Namun bagi yang berdiri jauh dari jumrah maka lebih baik melempar sambil menunggang kuda.'

Lalu saya beranjak dari sisinya. Belum sampai pintu kamarnya saya mendengar tangisan menangisinya. Dia telah meninggal. Semoga Allah melimpahkan rahmat padanya."

Salah seorang penulis di zaman modern ini berkata, "Memang demikianlah mereka itu. Kematian telah berada di atas kepala mereka dengan segala kesulitannya. Sakaratul maut telah membuat embusan nafas tersengal-sengal dan dada terasa sesak. Berkali-kali mereka pingsan, tidak sadarkan diri. Namun pada saat sadar mereka masih sempat menanyakan beberapa hal yang berkaitan dengan ilmu atau permasalahan *mandub*, untuk dimengerti dirinya sendiri atau dijelaskan untuk orang lain. Padahal ia berada dalam keadaan siap dicabut nafasnya oleh (malaikat) kematian."

Alangkah berharganya ilmu di hati mereka. Alangkah aktifnya pikiran dan akal mereka dengannya! Sampai pada saat menjelang kematian pun mereka tidak ingat istri atau anak yang seharusnya dekat dan berharga di sisi mereka. Yang mereka ingat hanyalah ilmu. Semoga rahmat Allah ter-

limpah kepada mereka. Dan dengan seperti itulah mereka menjadi maha guru ilmu pengetahuan dan agama.

Jangan Bersedih Lantaran Bencana, Sebab Ada Rahasia di Balik Semua Itu

Seorang sejarawan dan sastrawan Mesir, Ahmad ibn Yusuf, menyebutkan dalam sebuah bukunya yang sangat mengagumkan *al-Mukâfa'ah wa Husnul 'Uqba,* "Manusia telah mengetahui bahwa pemecahan masalah—yakni lenyapnya kesedihan dan kepedihan—dengan sesuatu yang sebaliknya adalah sesuatu yang pasti adanya. Ia tahu bahwa lenyapnya malam menandakan munculnya siang.

Namun kelemahan tabiat manusia selalu saja mengiringi jiwa pada saat terjadinya bencana. Jika tidak diobati, maka akan bertambahlah penyakitnya, dan akan semakin besar cobaannya. Masalahnya adalah bahwa jiwa harus diberi kekuatan baru pada saat berada dalam kesulitan. Karena bila tidak disuntik dengan kekuatan baru, jiwa akan dipenuhi keputusasaan, yang selanjutnya akan menghancurkan dirinya sendiri.

Merenungkan bab ini—yang mengupas tentang orang yang mendapat cobaan lalu bersabar, dan buah dari sabar itu adalah akibat yang baik—akan menguatkan jiwa. Juga akan mendorong untuk terus bersabar dan menjaga sikap kepada *Rabb* berupa berbaik sangka akan terpenuhinya kebaikan setelah ujian berlalu."

Dalam penutup bukunya, dia mengutip penuturan Bazerjamhar:"Kesulitan yang datang sebelum kemudahan itu laksana rasa lapar yang datang sebelum adanya makanan. Sehingga letak kesulitan itu akan tepat beriringan dengan datangnya kemudahan setelah itu, dan makanan akan terasa lezat dimakan ketika bersama rasa lapar."

Plato berfilosofi, "Kesulitan itu akan memperbaiki jiwa sebesar kehidupan yang dirusaknya. Sedangkan kesenangan akan merusak jiwa sebesar kehidupan yang diperbaikinya."

Plato menambahkan, "Jagalah teman yang dihantarkan oleh kesulitan, dan tinggalkan teman yang dihantarkan oleh kenikmatan."

Katanya lagi, "Kesenangan itu laksana malam, karena Anda tidak pernah berpikir panjang tentang apa yang Anda berikan atau apa yang Anda dapatkan. Dan kesulitan itu laksana siang, karena Anda melihat

dengan jelas apa yang Anda usahakan dan apa yang diusahakan oleh orang lain."

Azdasyir mengatakan, "Kesulitan adalah celak yang dapat Anda pakai melihat sesuatu yang tidak bisa Anda lihat dengan kenikmatan."

Katanya lagi, "Sendi kemashlahatan dalam kesulitan ada dua: Yang paling kecil adalah kekuatan hati orang yang terkena kesulitan itu atas apa yang menimpanya. Sedangkan yang terbesar ialah menyerahkan sepenuhnya kepada Dzat Yang Memilikinya dan Dzat Yang Memberi rezeki."

Jika pikiran seseorang telah mantap terhadap Penciptanya, maka dia akan tahu bahwa Allah tidak mengujinya. Kecuali bahwa ujian itu akan mendatangkan kebaikan baginya, atau menghilangkan dosa besar darinya. Dengan demikian ia akan selalu mendapatkan keuntungan yang terus berkelanjutan dan faedah yang tak tiada henti.

Namun sebaliknya, jika pikiran seseorang tercurah untuk sesama makhluk, maka akan banyak sisi negatifnya. Pula penuh dengan kepura-puraan. Dia akan bosan dengan posisinya yang selalu gagal mencapai berbagai keinginan. Dia merasa terlalu lama dengan ujian yang menimpanya. Dia berpikir, apa yang diharapkan akan segera berakhir. Dan, dia takut dengan hal-hal yang tidak menyenangkan. Padahal bisa saja semua itu tidak pernah terjadi padanya.

Munajat itu dikatakan benar bila dilakukan antara seorang hamba dengan *Rabb*-nya karena dia sadar bahwa ada sesuatu yang sangat rahasia dan dia percaya terhadap apa yang dikatakan oleh kata hatinya. Sedangkan munajat yang dilakukan antara seseorang dengan sesamanya lebih sering menyakitkan, dan tidak menyentuh kemashlahatan.

Allah memiliki rahmat yang diberikan kepada orang yang telah merasa putus asa kepada-Nya. Rahmat itu akan diberikan kepada siapa saja yang Dia kehendaki. Kepada-Nya ada harapan untuk mendekatkan jalan keluar, dan memudahkan urusan. Cukuplah Allah bagiku dan Dia adalah sebaik-baik Pelindung.

Saya telah membaca buku At-Tanukhi yang berjudul *Al-Farj Ba'dasy Syiddah,* dan saya berusaha membacanya berkali-kali. Akhirnya, saya menyimpulkan tiga hal:

Pertama: Adanya jalan keluar setelah kesulitan. Itu adalah sunnah yang telah berlangsung lama dan merupakan kepastian yang telah diterima secara umum. Contohnya, subuh pasti datang, setelah malam usai.

Kedua: Hal-hal yang tidak disukai justru akan banyak memberikan manfaat dan faedah yang lebih bagus dan lebih baik terhadap hamba dalam kehidupan beragama dan keduniaannya, ketimbang hal-hal yang disukai.

Ketiga: Yang memberikan manfaat dan menghindarkan seseorang dari bahaya sebenarnya adalah Allah Yang Maha Tinggi. Dan, ketahuilah bahwa apa yang akan menimpa diri Anda tidak akan menimpa orang lain. Dan apa yang tidak akan menimpa diri Anda bisa jadi akan menimpa orang lain.

Jangan Bersedih, Karena Sesungguhnya Dunia Terlalu Hina untuk Membuat Anda Bersedih

Ibnu al-Mubarak, seorang alim yang masyhur, berkata, "Puisi Adi ibn Zaid lebih aku sukai dari istana Amir Thahir ibn al-Husein, jika memang istana itu milikku."

Puisi yang indah dan mempesona itu berbunyi demikian:

Wahai orang yang mencela dan menghina orang lain,

apakah kau lepas dari ujian dan cobaan?

Atau kau punya janji kuat dari hari-hari?

engkau adalah orang bodoh dan tertipu

Artinya: Wahai orang yang selalu menghina dan melecehkan orang lain, apakah Anda terikat janji untuk tidak terkena musibah seperti mereka? Ataukah hari-hari telah memberi jaminan untuk keselamatan Anda dari berbagai bencana dan cobaan? Lalu mengapa Anda selalu mencela?

Dalam sebuah hadits sahih disebutkan: *"Seandainya dunia ini di sisi Allah sama nilainya dengan sayap seekor nyamuk, niscaya Allah tidak akan pernah memberi minum seorang kafir walau seteguk air."* Menurut Allah, dunia lebih tidak berharga dari sayap seekor nyamuk. Inilah hakikat nilainya dan timbangannya di sisi Allah. Lalu mengapa harus takut dan resah karenanya?

Kebahagiaan adalah Anda merasa aman dengan diri, masa depan, keluarga, dan kehidupan Anda sendiri. Dan, semua ini terhimpun dalam keimanan, ridla kepada Allah, ridla terhadap ketentuan-Nya, dan *qana'ah.*

Jangan Bersedih Lantaran Anda Beriman Kepada Allah

Sebenarnya Allah, Dialah yang melimpahkan nikmat kepadamu dengan menunjukkan kamu kepada keimanan jika kamu adalah orang-orang yang benar. **(QS. Al-Hujurât: 17)**

Salah satu nikmat yang hanya bisa diketahui oleh orang-orang yang berpikir adalah ketika orang muslim melihat keadaan orang kafir, lantas mengingat nikmat Allah yang berbentuk petunjuk ke arah Islam. Termasuk nikmat pula jika ingat akan kenyataan bahwa Allah tidak menakdirkan menjadi seperti orang kafir yang penuh dengan sikap buruk. Di antaranya, membangkang kepada Tuhan, menyimpang dari ayat-ayat-Nya, mengingkari sifat-sifat-Nya, melawan Dzat Yang telah menciptakannya dan memberinya rezeki, mendustakan para rasul dan kitab-kitab-Nya, serta durhaka terhadap semua perintah-Nya.

Setelah itu, ingatlah bahwa Anda adalah seorang muslim yang meng-Esa-kan Allah, yang percaya kepada Allah, utusan-Nya, dan hari akhir, serta menjalankan semua yang difardlukan, meski masih jauh dari yang diharapkan. Semua ini, menurut Allah, merupakan nikmat yang tiada ternilai harganya. Yakni nikmat yang tak bisa diperjualbelikan dengan harta benda, tak mungkin bisa dihitung, dan tak ada persamaannya dalam pandangan setiap orang. Allah berfirman:

Maka apakah orang yang beriman seperti orang yang fasik (kafir)? Mereka tidak sama. **(QS. As-Sajdah: 18)**

Bahkan sebagian ahli tafsir menyebutkan, salah satu nikmat penduduk surga adalah kemampuan mereka melihat ahli neraka. Sehingga mereka bersyukur kepada Allah atas segala nikmat yang telah dianugerahkan-Nya. Segala sesuatu akan menjadi beda jika dibandingkan dengan kebalikannya.

Rehat

Lâ ilâha illallâh, artinya tidak ada yang pantas disembah selain Allah. Karena Dia memiliki sifat-sifat *uluhiyyah* yang tidak dimiliki oleh selain-Nya. Yakni, sifat-sifat kesempurnaan.

Letak kekuatan dan rahasia kalimat ini ada di dalam hati. Yakni perasaan yang menempatkan Allah Yang Maha Terpuji—Yang Maha Kudus,

Yang Maha Tinggi Nama-Nya, Yang Maha Mulia, tiada Rabb selain Dia—sebagai satu-satunya nama dalam cinta dan pengagungan, dalam takut dan harap, dalam tawakal dan taubat, serta dalam segan dan sungkan. Tidak ada seorang pun yang dicintai selain Dia. Dan kecintaannya kepada selain Allah merupakan konsekuensi dari kecintaannya kepada Allah, dan dijadikan sebagai alat untuk semakin banyak mendapatkan cinta-Nya.

Hanya Dia yang ditakuti dan diharapkan. Hanya Dia tempat bertawakal, bertaubat, segan, dan sungkan. Hanya dengan nama-Nya sumpah boleh diucapkan. Hanya perintah-Nya yang mesti ditaati. Hanya Dia tempat meminta pertolongan dalam segala kesulitan sekaligus tempat mengajukan apa saja. Hanya kepada-Nya kita bersujud, dan tidak boleh menyembelih kecuali dengan menyebut nama-Nya.

Jangan Bersedih Jika Anda Cacat. Karena Itu Bukan Halangan untuk Berprestasi

Pada lampiran harian *'Ukkazh* edisi 10262, 7/4/1415 H., ada sebuah wawancara dengan seorang tuna netra bernama Mahmud ibn Muhammad Al-Madani. Dia belajar sastra dengan menggunakan 'mata orang lain'. Dibacakan untuknya buku-buku sejarah, majalah, jurnal, dan koran-koran. Bahkan sekali waktu dia meminta salah seorang temannya untuk membacakan media-media itu hingga jam tiga menjelang subuh. Hingga akhirnya dia menjadi salah satu tokoh sastra yang disegani: dikenal piawai menciptakan kisah-kisah yang indah.

Mushtafa Amien dalam sebuah rubrik 'Fikrah' di harian *Ash-Syarqul Awsath* menulis sebuah pernyataan seperti berikut: "Bersabarlah lima menit saja terhadap tipu daya orang-orang yang menipu, kezaliman orang-orang yang zalim, dan kekejaman orang-orang kejam. Sebab cambuk itu akan jatuh, rantai belenggu akan patah, orang yang dipenjara akan dikeluarkan, dan kegelapan akan tersibak menjadi terang. Yang diperlukan hanyalah Anda bersabar dan menunggu."

Mengapa sebuah musibah harus menghimpit dada.

Padahal di sisi Allah telah tertulis jalan keluarnya.

Di Riyadh, Arab Saudi, saya pernah bertemu seorang mufti. Ahli hukum asal Albania itu pernah dipenjara selama 20 tahun oleh orang-orang komunis di negaranya. Setiap hari ia dibebani wajib kerja yang sangat berat. Selain itu, ia dikurung, ditipu, diperlakukan tidak wajar, dizalimi, dan tidak diberi makan yang cukup. Kerapkali ia melakukan shalat di sebuah pojok

toilet karena khawatir ketahuan. Namun demikian, ia tetap bersabar dan menanti rahmat dari Allah hingga akhirnya datanglah pertolongan Allah dan jalan keluar.

Maka mereka kembali dengan nikmat dan karunia (yang besar) dari Allah. **(QS. Ali 'Imrân: 174)**

Coba lihat Nelson Mandela, presiden Afrika Selatan. Dia dipenjara selama 27 tahun. Tapi, penjara tak menyurutkan langkahnya untuk selalu menyerukan kemerdekaan bagi bangsanya. Dia juga tak henti mengupayakan kebebasan kaumnya dari kediktatoran, represi, tekanan dan kezaliman. Dia berjuang pantang mundur dan bahkan mempertaruhkan nyawa. Sampai akhirnya, dia dapat memperoleh kemuliaan di dunia.

Atau, sebagaimana yang Allah firmankan,

Niscaya Kami berikan kepada mereka balasan pekerjaan mereka di dunia dengan sempurna. **(QS. Hûd: 15)**

Jika kamu menderita kesakitan, maka sesungguhnya mereka pun menderita kesakitan (pula) sebagaimana kamu menderitanya. Sedang kamu mengharap dari Allah apa yang tidak mereka harapkan. **(QS. An-Nisâ`: 104)**

Jika kamu (pada perang Uhud) mendapat luka, maka sesungguhnya kaum (kafir) itu pun (pada perang Badar) mendapat luka yang serupa.
(QS. Ali 'Imrân: 140)

Jangan Bersedih Selama Anda Memahami Islam

Sungguh menderita manusia yang tidak memahami Islam dan tak mendapat petunjuk untuk memeluknya. Islam membutuhkan promosi dari kaum muslimin dan orang-orang yang mendukungnya. Islam butuh iklan yang mendunia. Sebab Islam adalah sebuah kabar agung. Dan seruan kepada Islam, hendaknya merupakan sesuatu yang bermutu: bernilai tinggi, sistemis dan penuh daya tarik. Sebab kebahagiaan manusia tak akan ditemukan, kecuali dalam agama yang benar dan abadi ini.

Barangsiapa mencari agama lain selain agama Islam, maka sekali-kali tidaklah akan diterima (agama itu). **(QS. Ali 'Imrân: 85)**

Ada seorang dai muslim kondang tinggal di kota Munich, Jerman. Di pintu masuk kota itu ada sebuah papan pengumuman besar yang

memuat kalimat dalam bahasa Jerman: Anda tidak tahu tebusan untuk Yokahama!

Menanggapi itu, dai tersebut meletakkan sebuah papan pengumuman yang besar di samping papan pengumuman tadi. Di situ tertulis: Anda tidak mengerti Islam? Jika Anda ingin mengetahuinya, maka hubungilah kami pada nomor telepon ini dan ini!

Sejak itu, berderinganlah telepon dari berbagai wilayah di Jerman. Hingga hanya dalam waktu setahun ratusan ribu orang Jerman—laki-laki maupun perempuan—masuk Islam melalui dai tersebut. Tak lama kemudian, ia mendirikan sebuah mesjid, Islamic Centre, dan lembaga pendidikan.

Manusia zaman sekarang kerap bingung. Mereka sangat membutuhkan agama yang agung ini agar mereka bisa menikmati rasa aman, kedamaian dan ketenangan.

> *Dengan kitab itu Allah menunjukkan orang-orang yang mengikuti keridlaan-Nya ke jalan keselamatan, dan (dengan kitab itu pula) Allah mengeluarkan orang-orang itu dari gelap gulita kepada cahaya yang terang benderang dengan seizin-Nya, dan menunjukkan mereka ke jalan yang lurus.* **(QS. Al-Mâ` idah: 16)**

Salah seorang ahli agama terkemuka pernah berujar, "Saya tidak pernah membayangkan bahwa di dunia ini ada seseorang yang disembah selain Allah."

Namun,

> *Hanya sedikit dari hamba-hamba-Ku yang bersyukur.* **(QS. Saba` : 13)**

> *Dan, jika kamu menuruti kebanyakan orang-orang yang di muka bumi ini, niscaya mereka akan menyesatkanmu dari jalan Allah. Mereka tidak lain hanyalah mengikuti persangkaan belaka, dan mereka tidak lain hanyalah berdusta (terhadap Allah).* **(QS. Al-An'âm: 116)**

> *Dan, sebagian besar manusia tidak akan beriman walaupun kamu sangat menginginkannya.* **(QS. Yûsuf: 103)**

Salah seorang ulama mengabarkan kepada saya bahwa seorang muslim berkebangsaan Sudan datang dari kampung ke ibu kota, pada masa kolonialisme Inggris. Dia melihat seorang berkebangsaan Inggris di tengah kota. Kemudian si muslim itu bertanya, "Siapa dia?" Mereka menjawab dia

adalah seorang kafir. "Kafir kepada apa?" tanya dia lagi. Mereka menjawab, "Kepada Allah!"

Si muslim itu lantas tegas bertanya, "Apakah ada seseorang yang kafir kepada Allah?" Setelah itu, dia memegang perutnya. Dan kontan saja muntah lantaran apa yang dia dengar dan lihat. Sudah itu, dia memutuskan kembali ke kampung.

> *Mengapa mereka tidak mau beriman?* **(QS. Al-Insyiqâq: 20)**

Al-Ashma'i berkata, "Seorang Badui mendengar seorang yang membaca ayat ini":

> *Maka demi Rabb langit dan bumi, sesungguhnya yang dijanjikan itu adalah benar-benar (akan terjadi) seperti perkataan yang kamu ucapkan.*
> **(QS. Adz-Dzâriyât: 20)**

Maka berkatalah orang Badui itu: *Subhanallah*, siapa yang membutuhkan Yang Maha Agung hingga Dia harus bersumpah?

Ini adalah prasangka baik dan kepekaan terhadap kemurahan Sang Maha Pencipta, kebaikan, kelembutan dan rahmat-Nya.

Disebutkan dalam hadits sahih, Rasulullah bersabda, "*Rabb kita tertawa*." Maka berkatalah seorang Badui Arab, "Kita tidak akan kehilangan harapan dari Rabb yang selalu tertawa dengan indah."

> *Dan, Dialah yang menurunkan hujan sesudah mereka berputus asa.*
> **(QS. Asy-Syûra: 28)**

> *Sesungguhnya rahmat Allah sangat dekat kepada orang-orang yang berbuat baik.* **(QS. Al-A'râf: 56)**

> *Ingatlah, sesungguhnya pertolongan Allah itu amat dekat.*
> **(QS. Al-Baqarah: 214)**

Siapa pun yang membaca biografi orang-orang besar pasti bisa mengambil beberapa faedah penting. Antara lain:

1. Bahwa nilai manusia terdapat dalam perbuatan baik yang dia lakukan. Kalimat ini diungkapkan Ali ibn Abi Thalib. Maknanya, ilmu pengetahuan manusia, adab kesopanannya, ibadah, kedermawanan serta akhlak dan moralitasnya adalah nilai diri yang sebenarnya dan bukan wajah, gaya dan kedudukannya:

Dia (Muhammad) bermuka masam dan berpaling, karena telah datang seorang buta kepadanya. **(QS. 'Abasa: 1-2)**

Sesungguhnya budak yang mukmin lebih baik dari orang musyrik, walaupun dia menarik hatimu. **(QS. Al-Baqarah: 221)**

2. Manusia itu dinilai sesuai semangat, kepedulian, usaha keras dan pengorbanannya untuk mencapai posisinya. Dan kemuliaan itu tidak cuma-cuma.

Jangan Mengira Bahwa Kemuliaan Adalah Kurma yang Harus Anda Makan

Dan, jika mereka mau berangkat, tentulah mereka menyiapkan persiapan untuk keberangkatan itu. **(QS. At-Taubah: 46)**

Dan, berjihadlah kamu pada jalan Allah dengan jihad yang sebenar-benarnya. **(QS. Al-Hajj: 78)**

Manusialah yang membuat sejarahnya sendiri sesuai dengan izin Allah. Dialah yang menuliskan sejarahnya dengan perbuatan-perbuatan yang baik atau jelek.

Dan, Kami menuliskan apa yang telah mereka kerjakan dan bekas-bekas yang mereka tinggalkan. **(QS. Yâsîn: 12)**

Umur hamba sangat pendek. Akan segera berakhir dan berlalu dengan sangat cepat. Maka dari itu, jangan sekali-kali mempersingkat umur dengan dosa-dosa, kesedihan, kegundahan dan kegelisahan.

Mereka seakan-akan tidak tinggal (di dunia) melainkan (sebentar saja) di waktu sore atau pagi hari. **(QS. An-Nâzi'ât: 46)**

Mereka berkata: "Kami tinggal (di bumi) sehari atau setengah hari, maka tanyakanlah kepada orang-orang yang menghitung."

(QS. Al-Mu` minûn: 113)

Cukuplah kesedihan hadir ketika hidup menjadi demikian getirnya,

dan tak ada lagi amal salih yang membuat Allah rida.

Sumber-sumber Kebahagiaan

1. Amal salih

   Barangsiapa mengerjakan amal salih, baik laki-laki maupun perempuan dalam keadaan beriman, maka sesungguhnya akan Kami berikan kepadanya kehidupan yang baik. **(QS. An-Nahl: 97)**

2. Istri salihah

   Ya Rabb kami, anugerahkanlah kepada kami istri-istri dan keturunan kami sebagai penyenang hati (kami) dan jadikan kami imam bagi orang-orang yang bertakwa. **(QS. Al-Furqân: 74)**

3. Rumah yang luas

   Dalam sebuah hadits Rasulullah berdoa: "*Ya Allah, jadikan rumah kami terasa luas.*"

4. Penghasilan yang baik

   Dalam sebuah hadits disebutkan: "*Sesungguhnya Allah Maha Baik dan Dia tidak menerima kecuali yang baik-baik.*"

5. Akhlak yang baik dan penuh kasih kepada sesama

   Dan, Dia menjadikan aku seorang yang diberkahi di mana saja aku berada. **(QS. Maryam: 31)**

6. Terhindar dari impitan utang dan sifat boros

   Dan, orang-orang yang apabila membelanjakan (harta) mereka tidak berlebihan, dan tidak (pula) kikir. **(QS.Al-Furqân:67)**

   Dan, janganlah kamu jadikan tanganmu terbelenggu pada lehermu dan janganlah kamu terlalu mengulurkannya. **(QS. Al-Isrâ` : 29)**

Sendi-sendi Kebahagiaan

Sendi adalah hati yang selalu bersyukur, lidah yang terus berdzikir, dan tubuh yang senantiasa bersabar.

Syukur, dzikir dan sabar, mengandung nikmat dan ganjaran.

Kalaupun saya menghimpunkan ilmu para ulama, hikmah para bijak bestari dan syair para penyair mengenai kebahagiaan ini, niscaya Anda

tidak akan mendapatkannya hingga Anda sendiri memiliki tekad bulat. Yakni, tekad untuk merasakan, merengkuh serta mencarinya dengan sungguh-sungguh serta berusaha untuk mengusir apa yang bertentangan dengannya: "*Barangsiapa yang datang kepadaku dengan berjalan kaki, maka aku akan mendatanginya dengan berlari.*" **(Hadits Qudsi)**

Salah satu tanda kebahagiaan seorang hamba adalah menyembunyikan rahasia dirinya dan merencanakan jalan hidupnya.

Disebutkan bahwa ada seorang Badui yang mendapat kepercayaan untuk menyembunyikan sebuah rahasia dengan imbalan sepuluh dinar. Namun ia merasa tidak betah dengan rahasia tersebut. Kemudian dia pergi menemui pemilik dinar. Ia mengembalikan dinar itu, dan membuka rahasia yang dibebankan padanya. Kesimpulannya, menyembunyikan rahasia itu butuh ketahanan, kesabaran dan tekad yang kuat.

Janganlah kamu ceritakan mimpimu itu kepada saudara-saudaramu.
(QS. Yûsuf: 5)

Karena sesungguhnya titik lemah yang ada pada manusia adalah menyingkap lembaran-lembaran kehidupannya kepada manusia, menyebarkan rahasia-rahasia hidupnya kepada mereka. Ini merupakan penyakit lama, penyakit menahun yang menjangkiti manusia. Karena jiwa manusia memang cenderung untuk menyebarkan rahasia dan menyebarkan berita.

Hubungannya dengan masalah kebahagiaan adalah bahwa siapa saja yang menyebarkan rahasia dirinya, maka umumnya mereka akan mengalami penyesalan, kesedihan dan kegelisahan.

Al-Jahizh memiliki kata-kata sangat indah dalam kumpulan risalah sastranya berkenaan dengan soal menjaga rahasia. Karena itu saya anjurkan kepada para pembaca untuk merujuk ke tulisan-tulisannya. Dalam al-Qur'an disebutkan:

Dan, hendaklah dia berlaku lemah lembut dan janganlah sekali-kali menceritakan halmu kepada seorang pun. **(QS. Al-Kahfi: 19)**

Jangan Bersedih Karena Kematian Tidak Akan Datang Sebelum Waktu yang Ditentukan

Maka apabila telah datang ajalnya, mereka tidak dapat mengundurkannya dan tidak (pula) memajukannya. **(QS. Al-A'râf: 34)**

Ayat ini merupakan peringatan keras terhadap para pengecut yang merasa mati berkali-kali sebelum kematian mereka benar-benar datang. Mereka harus sadar bahwa di sana ada ajal yang telah ditentukan: yang tidak akan dimajukan maupun diundur.

Tidak seorang pun yang mampu memajukan kematian, meski hanya sebentar. Tiada pula yang sanggup mengundurnya, meski hanya sedetik. Walaupun seluruh penduduk langit dan bumi bersatu untuk melakukannya, tetap tak akan bisa. Sebenarnya, keniscayaan-keniscayaan ini telah memberikan perasaan tenang dan ketetapan hati.

Dan, datanglah sakaratul maut dengan sebenar-benarnya. **(QS. Qâf: 19)**

Ketahuilah bahwa bergantung pada selain Allah adalah sebuah kesengsaraan.

Maka tidak ada baginya suatu golongan pun yang menolongnya terhadap azab Allah dan tidaklah ia termasuk orang-orang yang (dapat) membela (dirinya). **(QS. Al-Qashash: 81)**

Buku *Siyaru a'lâmin Nubala'*-terdiri dari 23 jilid-karya Imam Adz-Dzahabi, mengurai perjalanan hidup orang-orang terkenal. Baik dari kalangan ulama, khulafa', raja-raja, pemimpin, para menteri, orang-orang kaya maupun para penyair. Dengan membaca buku ini kita akan mendapatkan dua hakikat penting.

Pertama, barangsiapa bergantung pada selain Allah, baik pada harta benda, anak-anak, kedudukan atau pekerjaan tertentu, maka Allah akan jadikan orang itu sangat cenderung pada semua itu. Dan, itu akan menjadi penyebab kesengsaraan, adzab dan kecelakaannya.

Dan, sesungguhnya syaitan-syaitan itu benar-benar menghalangi mereka dari jalan yang benar dan mereka menyangka bahwa mereka mendapatkan petunjuk. **(QS. Az-Zukhruf: 37)**

Fir'aun celaka karena kedudukannya. Qarun binasa sebab hartanya. Umayyah ibn Khalaf hancur lantaran bisnisnya. Demikian pula Al-Walid, ia sengsara karena anak-anaknya.

Biarkanlah Aku bertindak terhadap orang yang Aku telah menciptakannya sendiri. **(QS. Al-Muddatstsir: 11)**

Abu Jahal binasa karena kedudukannya. Abu Lahab hancur akibat terlalu bangga dengan keturunannya. Abu Muslim jatuh karena kekuasaannya. Al-Mutanabbi runtuh karena kemasyhurannya. Al-Hajjaj tercampakkan lantaran sikapnya yang congkak di atas bumi. Dan, Ibnul Furaat ambruk lantaran kelalimannya sebagai menteri.

Kedua, barangsiapa bergantung kepada Allah, bekerja semata-mata untuk-Nya dan untuk mendekatkan diri kepada-Nya, maka Dia akan memuliakan dan mengangkatnya. Meski orang tersebut bukan dari keturunan yang baik: tanpa kedudukan, kerabat terhormat, maupun harta berlimpah. Bilal diangkat oleh Allah dengan adzan. Salman dimuliakan oleh Allah dengan akhirat. Shuhaib dengan pengorbanan. Dan, Atha' dengan ilmu pengetahuannya.

Dan, Allah menjadikan seruan orang-orang kafir itulah yang rendah. Dan kalimat Allah itulah yang tinggi. Allah Maha Perkasa lagi Maha Bijaksana. **(QS. At-Taubah: 40)**

Perbanyaklah Mengucapkan, *"Ya dzal jalâli wal ikrâm"*

Dalam sebuah riwayat sahih, Rasulullah bersabda, "*Perbanyaklah mengucap, 'Ya dzal jalâli wal ikrâm'.*" Artinya, kalian harus benar-benar mengamalkan hadits ini, memperbanyak mengucapkannya, dan senantiasa membacanya. Ucapan yang serupa tapi memiliki nilai yang lebih besar adalah *Ya hayyu, ya qayyûm.*

Disebutkan, itu adalah nama Allah yang teragung (*Al-Ismul a'zham*). Yang bila diseru dengan nama ini, maka Allah akan mengabulkannya, dan bila dimohon maka Dia akan memberi. Itu artinya bahwa hamba harus menyeru, memohon pertolongan dan membiasakan diri mengucapkannya. Agar dapat melihat jalan keluar, kemenangan dan kebahagiaan:

(Ingatlah) ketika kamu memohon pertolongan kepada Rabb-mu, lalu diperkenankan-Nya bagimu. **(QS. Al-Anfâl: 9)**

Dalam kehidupan seorang muslim hanya ada tiga hari, yang seakan-akan ketiga hari itu adalah hari raya baginya.

Pertama, hari ketika ia menunaikan perintah-perintah Allah secara berjamaah, dan ketika ia tidak melakukan kemaksiatan.

Wahai orang-orang yang beriman, penuhilah seruan Allah dan seruan Rasul apabila Rasul menyeru kepadamu. **(QS. Al-Anfâl: 23)**

Kedua, hari ketika ia bertaubat dari segala dosa, ketika melepaskan diri dari tindakan-tindakan durhaka, dan ketika kembali kepada Rabbnya.

Kemudian Allah menerima taubat mereka agar mereka tetap dalam taubatnya. **(QS. At-Taubah: 118)**

Ketiga, hari ketika dia menemui Rabbnya dengan akhir perjalanan yang baik dan amal yang diterima.

"Barangsiapa ingin dan senang untuk berjumpa dengan Allah, maka Allah akan sangat senang berjumpa dengannya." **(Al-Hadîts)**

Saya pernah membaca catatan sejarah para sahabat. Dalam kisah kehidupan mereka, saya temukan lima hal yang membedakan mereka dari orang lain.

Pertama, pola hidup sederhana dan tidak memaksakan diri. Mereka menghadapi segala permasalahan hidup dengan sewajarnya: tidak terlalu berlebihan dan tidak terlalu terbebani.

Dan, Kami akan memberi kamu taufik kepada jalan yang mudah.
(QS. Al-A'lâ: 8)

Kedua, ilmu mereka luas, penuh berkah, dan praktis. Ilmu mereka bukan retorika belaka dan amat jelas—tidak berbelit-belit.

Sesungguhnya orang yang takut kepada Allah di antara hamba-hamba-Nya hanyalah ulama. **(QS. Fâthir: 28)**

Ketiga, bagi mereka, amalan hati jauh lebih berat daripada ibadah fisik. Di hati mereka ada keikhlasan, *inabah,* tawakal, kecintaan yang mendalam kepada Allah, serta *raghbah* (keinginan dekat dengan Allah yang memuncak). Hati mereka juga selalu diliputi *rahbah* (rasa khawatir amal-amal yang dia lakukan tidak berkenan di sisi Allah), *khasyyah* (perasaan takut jika siksa Allah menimpanya), dan sebagainya.

Namun demikian, ibadah mereka yang berupa kesunahan shalat dan puasa biasa-biasa saja. Andaikan diamati, justru para tabiin lebih rajin melakukan nafilah-nafilah seperti itu—bahkan nafilah lainnya.

Maka Allah mengetahui apa yang ada di dalam hati mereka.

(QS. Al-Fath: 18)

Keempat, mereka sengaja mengurangi kenikmatan dunia. Menjaga jarak serta menjauhkan diri dari godaan dan kemewahan duniawi. Semua ini membuat mereka berada dalam ketenangan, thuma'ninah, dan sakinah:

Dan, barangsiapa menghendaki kehidupan akhirat dan berusaha ke arah itu dengan sungguh-sungguh dan dia beriman maka mereka itu adalah orang-orang yang usahanya dibalas dengan baik. **(QS. Al-Isrâ` : 19)**

Kelima, mereka menempatkan jihad sebagai amalan di atas amalan yang lain. Sampai-sampai jihad menjadi tanda, karakter dan motto mereka. Dengan jihad mereka mampu menghilangkan semua kegundahan, keresahan dan kesedihan. Sebab, di dalamnya ada dzikir, amal, pengorbanan dan gerak tubuh.

Seorang mujahid di jalan Allah adalah orang yang paling bahagia, paling lapang dadanya, dan paling bersih jiwanya.

Dan, orang-orang yang berjihad untuk (mencari keridlaan), Kami benar-benar Kami akan tunjukkan kepada mereka jalan-jalan Kami.

(QS. Al-'Ankabût: 69)

Di dalam al-Qur'an ada beragam hakikat dan sunatullah yang tidak akan pernah hilang dan tak akan pernah berubah. Berikut akan saya jelaskan beberapa di antaranya, yang berhubungan dengan kebahagiaan hamba dan ketenangan hatinya. Antara lain:

Bahwa barangsiapa menolong agama Allah, maka Allah akan menolongnya.

Hai orang-orang yang beriman, jika kamu menolong (agama) Allah niscaya Dia akan menolongmu dan mengukuhkan kedudukanmu.

(QS. Muhammad: 7)

Siapa yang meminta kepada-Nya, maka Allah akan memberinya.

Dan, Rabb-mu berfirman: "Berdoalah kamu kepada-Ku, niscaya akan Kuperkenankan bagimu." **(QS. Al-Mu` min: 60)**

Siapa yang memohon ampunan pada-Nya, maka Dia akan memberikan ampunan atasnya.

Karena itu ampunilah aku. Maka Allah mengampuninya.

(QS. Al-Qashash: 16)

Barangsiapa bertaubat kepada-Nya, maka Allah akan menerima taubatnya.

Dan, Dialah yang menerima taubat dari hamba-hamba-Nya.

(QS. Asy-Syûra: 25)

Barangsiapa bertawakal kepada Allah, maka Allah akan memberikan kecukupan kepadanya.

Barangsiapa bertawakal kepada Allah, niscaya Allah akan mencukupi(keper luan)nya. **(QS. Ath-Thalâq: 3)**

Ada tiga hal yang oleh Allah akan disegerakan siksa dan imbalan para pelakunya:

1. Kezaliman

   Sesungguhnya (bencana) kezalimanmu akan menimpa dirimu sendiri.

   (QS. Yûnus: 23)

2. Pelanggaran janji

   Maka barangsiapa melanggar janjinya, niscaya akibat pelanggaran janji itu akan menimpa dirinya sendiri. **(QS. Al-Fath: 10)**

3. Tipu daya (makar)

   Rencana jahat tidak akan menimpa selain orang yang merencanakannya sendiri. **(QS. Fâthir: 43)**

Orang yang zalim tidak akan bisa lepas dari cengkeraman kekuasaan Allah.

Maka itulah rumah-rumah mereka dalam keadaan runtuh disebabkan kezaliman mereka. **(QS. An-Naml: 52)**

Buah dari amal salih ada yang bisa dipetik sekarang—di dunia—dan ada pula yang baru bisa dipetik nanti—di akhirat. Sebab Allah Maha Pengampun dan Maha Membalas budi.

Karena itu Allah memberikan kepada mereka pahala di dunia dan pahala yang baik di akhirat. **(QS. Ali 'Imrân: 148)**

Siapapun yang taat kepada Allah, maka Allah akan mencintainya.

Maka ikutilah aku niscaya Allah akan mencintai kalian.
(QS. Ali 'Imrân: 31)

Jika seorang hamba telah mengetahui itu semua, maka ia akan merasa bahagia lantaran senang berhubungan dengan Rabb Yang Maha Pemberi rezeki dan Maha Menolong,

Sesungguhnya Allah Dialah Maha Pemberi rezeki Yang Memiliki kekuatan lagi Maha Kokoh. **(QS. Adz-Dzâriyât: 58)**

Dan, kemenanganmu itu hanyalah dari Allah. **(QS. Ali 'Imrân: 126)**

Yang Maha Pengampun,

Dan, sesungguhnya Aku Maha Pengampun bagi orang yang bertobat.
(QS. Thâhâ: 82)

Yang Maha Penerima Taubat,

Sesungguhnya Dia Maha Penerima taubat dan Maha Penyayang.
(QS. Al-Baqarah: 37)

Yang akan membalaskan dendam para wali-Nya terhadap musuh-musuh-Nya:

Sesungguhnya Kami adalah Pemberi pembalasan. **(QS. Ad-Dukhân: 16)**

Maha Suci Dia, sungguh Sempurna dan Agung:

Apakah kamu mengetahui ada seseorang yang sama dengan Dia (yang pantas untuk disembah). **(QS. Maryam: 65)**

Syaikh Abdur Rahman ibn Sa'di memiliki sebuah buku yang sangat berharga berjudul *Al-Wasâil Al-Mufîdah fil Hayât al-Sa'îdah.* Di dalamnya dia menulis: "Di antara sebab-sebab kebahagiaan adalah menghitung nikmat Allah yang telah diberikan kepadanya. Pada saat itu, seseorang akan menyadari bahwa nikmat yang ada pada dirinya lebih banyak dibandingkan dengan yang diberikan kepada orang lain, tak terhingga. Selanjutnya, ia akan merasakan karunia Allah yang diberikan kepadanya."

Sampai pun dalam masalah-masalah keagamaan. Ia akan menyadari bahwa apa yang telah diberikan kepadanya lebih banyak dibandingkan apa yang telah diberikan kepada orang lain. Misalnya, dalam hal ketekunan

melakukan shalat jamaah, membaca Al-Qur'an, dzikir, dan lain-lain. Meski masih sering terlewatkan, tapi itu merupakan sebuah nikmat agung yang tak ternilai.

Dan, menyempurnakan untukmu nikmat-Nya lahir dan batin.
(QS. Luqmân: 20)

Imam Adz-Dzahabi pernah bercerita tentang Abdul Baqi, seorang ahli hadits terkemuka. Suatu kali, Abdul Baqi' sedang memperhatikan orang-orang yang keluar dari Masjid Jami' Darusalam, Baghdad. Dia sedang mencari seseorang yang bercita-cita bahwa masjid itu adalah tempatnya hidup shalat.

Dan, Kami lebihkan mereka dengan kelebihan yang sempurna atas kebanyakan makhluk yang Kami ciptakan. **(QS. Al-Isrâ` : 70)**

Semua makhluk penuh dengan tipuan.

Dan, aku merasa merupakan bagian dari mereka.

Maka, tinggalkanlah rincian-rincian umumnya.

Rehat

Dari Asma' binti 'Umais *Radliyallâhu 'anha,* dia berkata, "Rasulullah pernah berkata kepadaku, *'Tidakkah pernah aku ajarkan kepadamu kata-kata yang dapat engkau baca tatkala engkau ditimpa kesulitan? Bacalah: Allâh, Allâhu Rabbi, lâ usyriku bihi syai`an* (Allah, Allah Rabb-ku, aku tidak akan menyekutukan sesuatu dengan-Nya)'."

Dalam riwayat lain berbunyi: *"Barangsiapa ditimpa kegelisahan, kesuntukan, penderitaan atau kesulitan, lalu dia membaca, 'Allâhu Rabbi', dan 'Lâ syarîkalah', Allah akan membebaskannya dari semua itu."*

Memang ada beberapa hal yang menciptakan mendung tebal dan pekat di dalam hati. Namun bila ia kembali kepada Rabbnya, menyerahkan segala permasalahannya kepada-Nya, dan pasrah kepada-Nya dengan segala ketulusan keimanan di dalam hati, niscaya Allah akan menyibakkan mendung-mendung itu. Tapi bila yang dikatakan itu keluar dari hati yang lalai dan tidak tulus, maka *impossible.*

Seorang penyair menggubah bait-bait indah:

Tak akan ada kerisauan dalam jiwaku jika ruh kami terhindar,

walaupun harus kehilangan harta dan kekayaan

Harta bisa dicari, kemuliaan bisa dikembalikan.

Jika jiwa telah dijaga oleh Allah dari kerusakan.

Bagi yang Takut Terhadap Pendengki

1. Ia harus membaca doa-doa yang sifatnya memohon perlindungan (*mu'awwidzat*), dzikir-dzikir dan doa apa saja.

   Dan, dari kejahatan seorang yang dengki apabila dia mendengki.
   (QS. Al-Falaq: 5)

2. Ia harus menyembunyikan rahasianya terhadap orang yang mendengki.

   Janganlah kalian masuk (bersama-sama) melalui satu pintu. Masuklah lewat pintu gerbang yang berlainan. **(QS. Yûsuf: 67)**

3. Ia harus menjauhi si pendengki itu.

   Dan, jika kamu tidak beriman kepadaku, maka biarkanlah aku (memimpin Bani Israel). **(QS. Ad-Dukhân: 21)**

4. Ia harus berbuat baik kepadanya untuk meredam kemungkinan kejahatan yang ia lakukan.

   Tolaklah (kejahatan itu) dengan cara yang lebih baik.
   (QS. Fushshilat: 34)

Perbaikilah Perilaku Anda Terhadap Sesama

Akhlak yang baik adalah kebahagiaan tersendiri. Sedangkan akhlak yang buruk merupakan petaka dan bencana.

Dalam sebuah hadits disebutkan: "*Sesungguhnya dengan akhlak yang baik seseorang bisa mencapai derajat orang yang banyak shalat dan puasa.*"

> *"Tidakkah pernah aku beritahukan kepada kalian siapa orang yang tempat duduknya dekat denganku pada hari Kiamat kelak? Mereka adalah yang paling baik akhlak dan perilakunya."* **(Al-Hadîts)**

Allah berfirman:

Dan, sesungguhnya kamu benar-benar berbudi pekerti yang agung.
(QS. Al-Qalam: 4)

Maka disebabkan rahmat dari Allah-lah kamu berlaku lemah lembut terhadap mereka. Sekiranya kamu bersikap keras lagi berhati kasar, tentulah mereka menjauhkan diri dari sekelilingmu. **(QS. Ali 'Imrân: 159)**

Serta ucapkanlah kata-kata yang baik kepada manusia.
(QS. Al-Baqarah: 83)

Ummul Mukminin 'Aisyah binti Abu Bakar ash-Shiddiq menjelaskan sifat Rasulullah: *"Akhlaknya adalah al-Qur`an."*

Keramahan budi pekerti dan kelapangan nurani adalah sebuah nikmat yang disegerakan (diturunkan di dunia) dan kegembiraan yang dihadirkan (ketika masih di dunia) bagi siapa saja yang Allah kehendaki untuk menjadi baik. Sedangkan emosi yang berlebihan, mudah tersinggung dan meledak-ledak marah adalah sebuah petaka yang terus menerus dan siksa yang abadi.

Jangan Cemas, Camkan Hal-hal Berikut!

Apa yang mesti dilakukan oleh orang yang terserang insomania?

Insomania adalah penyakit sulit tidur di malam hari, sehingga membuat seseorang hanya bolak-balik di atas ranjang. Untuk mengatasi, si penderita hendaknya melakukan hal-hal berikut:

1. Membaca dzikir-dzikir yang sesuai dengan syariah.

   Ingatlah hanya dengan mengingat Allah-lah hati menjadi tenang.
   (QS. Ar-Ra'd: 28)

2. Tidak tidur di siang hari kecuali terpaksa.

   Dan, Kami jadikan siang untuk mencari kehidupan. **(QS. An-Nabâ`: 11)**

3. Membaca dan menulis untuk memancing kantuk.

   Ya Rabb-ku tambahkanlah kepadaku ilmu pengetahuan.
   (QS. Thâhâ: 114)

4. Membuat tubuh lelah dengan kegiatan-kegiatan yang bermanfaat.

Dan, Dia menjadikan siang untuk bangun berusaha.

(QS. Al-Furqân: 47)

5. Mengurangi konsumsi makanan atau minuman stimulan, misalnya kopi dan teh.

   Kami mengeluh pada teman-teman kami tentang malam nan panjang.

   Mereka berkata, "Alangkah pendeknya malam bagi kami."

   Ini karena kantuk menggelayuti mata keyakinan mereka,

   sementara kantuk tak kunjung menghampiri kami.

Pahitnya dosa akan menafikan manisnya ketaatan, indahnya iman dan nikmatnya kebahagiaan. Ibnu Taimiyah berkata, "Kemaksiatan akan menghalangi hati untuk melakukan perjalanan ruhani ke angkasa keimanan."

Katakanlah: "Perhatikan apa yang ada di langit dan bumi."

(QS. Yûnus: 101)

Konsekuensi Kemaksiatan Adalah Kesusahan

Hal-hal berikut ini di antaranya:

1. Terhalangnya komunikasi antara hamba dan Rabbnya.

   Sekali-kali tidak! Sesungguhnya mereka pada hari itu benar-benar terhalang dari (melihat) Rabb mereka. **(QS. Al-Muthaffifîn: 15)**

2. Makhluk ciptaan menjadi semakin terasing dari Rabbnya. Jika merasa bahwa tindakannya buruk, maka dia berburuk sangka kepada Allah.
3. Murung yang berlarut-larut.

   Bangunan-bangunan yang mereka dirikan itu menjadi pangkal keraguan dalam hati mereka. **(QS. At-Taubah: 110)**

4. Munculnya rasa takut dan goncangan di dalam hati.

   Akan Kami masukkan ke dalam hati orang-orang kafir rasa takut, disebabkan mereka mempersekutukan Allah. **(QS. Ali 'Imrân: 110)**

5. Hidup yang serba sulit.

   Dan, barangsiapa berpaling dari peringatanku maka sesungguhnya baginya penghidupan yang sempit. **(QS. Thâhâ: 124)**

6. Hati yang keras dan gelap.

   Dan, Kami jadikan hati mereka keras membatu. **(QS. Al-Mâ`idah: 13)**

7. Muka yang muram.

   Adapun orang-orang yang hitam muram mukanya (kepada mereka dikatakan): "Kenapa kamu kafir setelah kamu beriman?" **(QS. Ali 'Imrân: 106)**

8. Adanya sikap benci yang demikian kental di dalam hati setiap makhluk. *"Kalian adalah saksi-saksi Allah di bumi-Nya."* **(Al-Hadîts)**
9. Rezeki yang sempit

   Dan, sekiranya mereka sungguh-sungguh menjalankan (hukum) Taurat, Injil dan (Al-Qur'an) yang diturunkan kepada mereka dari Rabbnya, niscaya mereka akan mendapat makanan dari atas mereka dan dari bawah kaki mereka. **(QS. Al-Mâ` idah: 66)**

10. Adanya kemarahan Sang Maha Pengasih, nilai keimanan yang menurun, dan turunnya musibah serta kesedihan.

    Karena itu mereka mendapatkan murka (sesudah) mereka (mendapat) kemurkaan. **(QS. Al-Baqarah: 90)**

    Sekali-kali tidak (demikian). Sebenarnya apa yang selalu mereka usahakan itu menutup hati mereka. **(QS. Al-Muthaffifîn: 14)**

    Dan, mereka berkata: "Hati kami tertutup." **(QS. Al-Baqarah: 88)**

Carilah Rezeki, Tapi Jangan Serakah

Ulat yang ada di dalam tanah diberi rezeki oleh Rabb semesta alam.

Dan, tidak ada suatu binatang melata pun di bumi melainkan Allah-lah yang memberi rezekinya. **(QS. Hûd: 6)**

Burung yang berada di dalam sarangnya pun diberi makan oleh Rabb Yang Maha Pengampun dan Maha Bersyukur. *"Sebagaimana burung yang diberi rezeki, yang terbang berangkat dengan perut kosong dan kembali dengan perut kenyang."* **(Al-Hadîts)**

Ikan yang berada di dalam air juga diberi rezeki oleh Tuhan Yang Menguasai langit dan bumi.

Padahal Dia memberi makan dan tidak diberi makan.

(QS. Al-An'âm: 14)

Sementara Anda, lebih suci dari ulat, burung dan ikan itu. Tak usahlah bersedih hanya karena soal rezeki.

Banyak orang dililit kemiskinan, keruwetan dan tekanan hidup hanya karena mereka jauh dari Allah. Misalnya ada seorang yang kaya, rezekinya melimpah, badannya sehat, dan mendapat kebaikan dari Rabbnya.

Kemudian, ia berpaling dari ketaatan, sering meninggalkan shalat, dan sering melakukan dosa-dosa besar. Maka Allah akan mencabut kesehatannya dan keluasan rezekinya, dan menimpakan kemiskinan, kesedihan, dan kegundahan kepadanya. Setelah itu, dipastikan bahwa hidupnya tak akan jauh dari kesusahan yang satu ke kesusahan yang lain, dari bencana satu ke bencana yang lain.

Dan, barangsiapa berpaling dari peringatanku maka sesungguhnya baginya penghidupan yang sempit. **(QS. Thâhâ: 124)**

Yang demikian (siksaan) itu adalah karena sesungguhnya Allah sekali-kali tidak akan mengubah suatu nikmat yang telah dianugerahkan-Nya kepada suatu kaum, hingga kaum itu mengubah apa yang ada pada mereka sendiri. **(QS. Al-Anfâl: 53)**

Dan, apa saja yang menimpa kamu maka adalah disebabkan oleh perbuatan tanganmu sendiri, dan Allah memaafkan sebagian besar (dari kesalahan-kesalahanmu). **(QS. Asy-Syûra: 30)**

Dan, bahwasanya jika mereka tetap berjalan lurus di atas jalan itu (agama Islam) benar-benar Kami akan memberi minum kepada mereka air yang segar (rezeki yang banyak). **(QS. Al-Jin: 16)**

Dalam kisah Seribu Satu Malam, sebuah pernyataan sinis terlontar.

"Apakah kau menangisi Laila?

Padahal kau sendiri yang membunuhnya.

Selamat wahai pembunuh berdarah dingin."

“Ihdinash shirâthal mustaqîm”, Rahasia Hidayah

Kebahagiaan hanya bisa dicapai dan dinikmati oleh orang yang mengikuti satu sisi: dari *shirathal mustaqim* (jalan yang lurus). Itulah peninggalan Rasulullah untuk kita, karena sisi yang satunya lagi berada di surga.

Dan, pasti Kami akan tunjukkan mereka kepada jalan yang lurus.
(QS. An-Nisâ` : 68)

Kebahagiaan orang yang senantiasa berjalan di atas *shirâthal mustaqîm* adalah dia selalu merasa tenang dengan akhir yang baik dari setiap permasalahan yang dihadapinya. Dia juga merasa yakin bahwa tempat kembalinya adalah tempat yang baik. Ia pun percaya sepenuhnya terhadap janji *Rabb*-nya, rela dengan qadha'-Nya, dan mengendalikan langkahnya untuk tetap berada di atas jalan ini.

Dia sadar bahwa ada seorang yang menunjukkan jalan ini. Siapakah? Dia seorang yang makshum, tidak berbicara berdasarkan nafsu, dan tidak mengekor orang-orang yang menyimpang. Seseorang yang ucapannya adalah hujjah, yang terjaga dari keusilan setan, dan keteledoran manusia.

Bagi manusia ada malaikat-malaikat yang selalu mengikutinya bergiliran, di muka dan di belakangnya. Mereka menjaganya atas perintah Allah.
(QS. Ar-Ra'd: 11)

Dalam penitiannya di atas jalan ini, hamba dimaksud akan mendapatkan kebahagiaan. Dia tahu bahwa dirinya memiliki *Ilah*, di depannya ada teladan, di tangannya ada kitab suci, di dalam hatinya ada cahaya kebenaran, dan di dalam nuraninya ada pemberi nasehat. Dengan demikian ia menjadi sosok yang berjalan menuju kenikmatan, yang berbuat dalam ketaatan, dan yang berusaha ke arah kebaikan.

Itulah petunjuk Allah, yang dengannya Dia memberi petunjuk kepada siapa yang dikehendaki-Nya di antara hamba-hamba-Nya. **(QS. Al-An'âm: 88)**

Di manakah yang disebut kegelapan, wahai penunjuk jalan? Di manakah cahaya Allah itu ada dalam kalbuku? Dan inilah yang aku lihat.

Jalan yang dimaksud ada dua: yang indrawi dan yang maknawi. Yang maknawi adalah jalan hidayah dan iman. Sedangkan yang indrawi adalah jalan yang ada di atas Jahanam. Jalan keimanan adalah jalan yang ada di dunia fana—sarat dengan cakar-cakar pencengkeram berupa syahwat.

Sedangkan jalan ukhrawi yang berada di atas Jahanam—penuh 'duri-duri yang sangat tajam'.

Maka, barangsiapa mampu melampaui jalan ini dengan keimanannya, dia akan mampu melampaui jalan ukhrawi itu sesuai dengan keyakinannya. Dan jika seorang hamba berhasil mendapatkan hidayah jalan yang lurus ini, maka akan lenyap semua kesusahan, kegundahan dan duka citanya.

Sepuluh Bunga Hidup Bahagia

1. Bangun di saat menjelang fajar untuk beristighfar.

Dan, yang memohon ampun di waktu sahur. **(QS. Ali 'Imrân: 17)**

2. Menyendiri untuk ber-*tafakkur*.

Dan, mereka memikirkan tentang penciptaan langit dan bumi.
(QS. Ali 'Imrân: 191)

3. Menjalin hubungan dengan orang salih.

Dan, bersabarlah kamu bersama-sama dengan orang-orang yang menyeru Rabbnya. **(QS. Al-Kahfi: 28)**

4. Berdzikir.

Wahai orang-orang yang beriman, berdzikirlah kamu (dengan menyebut nama Allah), dzikir yang sebanyak-banyaknya. **(QS. Al-Ahzâb: 41)**

5. Melakukan shalat dua rakaat dengan khusyu'.

Yaitu orang-orang yang khusyu' dalam salat mereka.
(QS. Al-Mu` minûn: 2)

6. Membaca Al-Qur'an dengan *tadabbur*.

Tidakkah mereka memperhatikan al-Qur'an? **(QS. An-Nisâ`: 82)**

7. Berpuasa pada hari yang sangat panas.

"Meninggalkan makanan, minuman dan syahwatnya karena Aku."
(Al-Hadîts)

8. Melakukan sedekah secara sembunyi-sembunyi.

"Hingga tangan kirinya tidak tahu apa yang diinfakkan oleh tangan kanannya."

(Al-Hadîts)

9. Meringankan beban seorang muslim.

"Barangsiapa meringankan kesusahan yang dialami seorang muslim di dunia, maka Allah akan membebaskannya dari kesulitan yang ada di hari Kiamat."

(Al-Hadîts)

10. Berlaku *zuhud* terhadap sesuatu yang sifatnya fana.

Sedangkan kehidupan akhirat itu lebih baik dan lebih kekal.

(QS. Al-A'lâ: 17)

Salah satu yang menjadikan anak Nabi Nuh sengsara adalah karena dia berkata:

Aku akan mencari perlindungan ke gunung yang dapat memeliharaku dari air bah. **(QS. Hûd: 43)**

Seandainya dia mencari perlindungan kepada Rabb langit dan bumi, maka itu akan jauh lebih baik, lebih mulia dan lebih selamat.

Namrud menjadi sengsara karena dengan congkak berkata, "Sayalah yang menghidupkan dan mematikan." Dengan berkata demikian berarti ia telah 'memakai pakaian yang bukan miliknya dan mencuri sifat yang tidak halal baginya'. Akibatnya, ia pun dibuat tak berkutik dan tak berdaya.

Maka Allah mengazabnya dengan azab di akhirat dan di dunia.

(QS. An-Nâzi'ât: 25)

Kunci kebahagiaan ada pada satu kata. Warisan agama ada pada sebuah ungkapan. Dan panji kemenangan terletak pada sebuah kalimat. Kata, ungkapan dan kalimat itu adalah: *Lâ ilâha illallâh, muhammad rasûlullâh.*

Kebahagiaan seseorang yang mengucapkan itu di bumi, adalah saat kelak di langit akan dikatakan kepadanya, "Engkau benar."

Dan, orang yang membawa kebenaran (Muhammad) dan membenarkannya. **(QS. Az-Zumar: 33)**

Kebahagiaan orang yang mengamalkannya adalah jaminan bahwa dia akan selamat dari kehancuran, cela, cacat dan neraka.

Dan, Allah menyelamatkan orang-orang yang bertakwa karena kemenangan mereka. **(QS. Az-Zumar: 61)**

Kebahagiaan orang yang menyeru kepada sesama untuk sama-sama kembali kepada syahadat dimaksud, adalah jaminan akan ditolong, dibantu dan akan dikatakan terima kasih kepadanya.

Dan, sesungguhnya tentara Kami itulah yang pasti menang. **(QS. Ash-Shâffat: 173)**

Kebahagiaan orang yang senang terhadap syahadat ini adalah jaminan akan diangkat, dimuliakan, dan dihargai.

Padahal kekuatan itu hanyalah bagi Allah, bagi Rasul-Nya dan bagi orang-orang mukmin. **(QS. Al-Munâfiqûn: 8)**

Bilal yang ketika mengucapkan kalimat ini masih dalam keadaan budak, di kemudian hari ia menjadi seorang yang merdeka.

Dia mengeluarkan mereka dari kegelapan (kekafiran) kepada cahaya (iman). **(QS. Al-Baqarah: 257)**

Sedangkan Abu Lahab al-Hasyimi sangat angkuh untuk mengucapkannya, maka ia pun meninggal sebagai seorang hamba yang hina dina.

Dan, barangsiapa dihinakan oleh Allah maka tidak ada seorang pun yang mampu memuliakannya. **(QS. Al-Hajj: 18)**

Dengan demikian, kalimat syahadat tersebut adalah mukjizat yang telah mendorong manusia dari wujud yang tidak berharga ke arah puncak keimanan rabbaniyah yang suci.

Tetapi Kami menjadikan al-Qur'an itu cahaya, yang Kami tunjukkan dengannya siapa yang Kami kehendaki di antara hamba-hamba Kami. **(QS. Asy-Syûra: 52)**

Jangan pernah berbangga dengan dunia jika Anda berpaling dari akhirat. Sebab siksa yang pedih sedang berada di jalan Anda. Kehinaan dan kepedihan telah siap menunggu.

Hartaku sekali-kali tidak memberi manfaat kepadaku. Telah hilang kekuasaan dariku. **(QS. Al-Hâqqah: 28-29)**

Sesungguhnya Rabb-mu benar-benar mengawasi. **(QS. Al-Fajr: 14)**

Jangan pernah berbangga dengan anak keturunan kalau pada saat yang sama Anda berpaling dari Yang Maha Tunggal, Rabb Tempat Bergantung semua makhluk. Sebab berpaling dari-Nya berarti kehinaan yang tiada terhingga, kerugian yang teramat besar, dan kenistaan yang paling keji.

Lalu ditimpakanlah kepada mereka nista dan kehinaan.

(QS. Al-Baqarah: 61)

Jangan pula pernah berbangga dengan harta benda yang melimpah, jika Anda ternyata masih melakukan perbuatan-perbuatan yang tidak baik. Sebab perbuatan itu hanya akan menyengsarakan, menyebabkan kerugian selama menempuh perjalanan, dan akan menjadi laknat kelak di akhirat.

Dan, sesungguhnya siksa akhirat itu lebih menghinakan.

(QS. Fushshilat: 16)

Dan, sekali-kali bukanlah harta dan bukan (pula) anak-anak kamu yang mendekatkan kamu kepada Kami sedikit pun; tetapi orang-orang yang beriman dan mengerjakan amal salih. **(QS. Sabâ` : 37)**

Rehat

Yâ hayyu, yâ qayyûm, birahmatika astaghîtsu.

Ada sebuah jalinan makna yang sangat indah pada saat membaca doa ini. Sebab sifat hidup itu, dalam *hayyu*, mengandung dan menyertai semua sifat kesempurnaan. Sedangkan sifat berdiri sendiri (*qayyûmiyyah)* mengandung semua sifat bertindak. Karena itulah nama Allah Yang paling agung itu jika diseru akan menjawab, dan jika diminta akan memberi. Yakni, *Al-hayyul qayyûm.*

Kehidupan yang sempurna adalah kehidupan yang terhindar dari segala bentuk penyakit. Itu artinya, bila kehidupan penghuni surga itu telah sempurna, maka mereka tidak akan pernah ditimpa kesuntukan, kegelisahan, kesedihan, dan tidak pernah ditimpa penyakit. Sedangkan kekurangsempurnaan hidup akan membahayakan sifat-sifat bertindak dan menafikan sifat-sifat berdiri sendiri. Kesempurnaan sifat berdiri sendiri adalah penyempurna kehidupan. Dengan demikian, Yang Maha Hidup dalam arti hidup yang sempurna adalah kehidupan dengan kemutlakan sifat kesempurnaan. Dan, Yang Maha Berdiri Sendiri, artinya: bisa melakukan semua tindakan yang (menurut kita masih) mungkin. Dengan demikian, bertawassul dengan sifat hidup dan berdiri sendiri akan memiliki dampak yang kuat untuk menghilangkan sesuatu yang bertentangan dengan kehidupan. Sekaligus mencampakkan hal yang membahayakan perbuatan.

Seorang penyair berkata,

"Atas nama hidup,

yang dibenci bukanlah yang kau hindari serta takuti,

dan yang dicintai bukanlah yang kau hasratkan.

Banyak ketakutan manusia yang tak nyata,

lalu mengapa harus bersedih karena sesuatu yang tiada berguna?"

Jangan Bersedih, Hadapilah Kenyataan

Jika Anda menganggap sesuatu yang mulia sebagai kehinaan, maka hinalah dia. Dan jika Anda tak mengharapkan sesuatu, maka jiwamu akan melupakannya.

Allah akan memberikan karunia-Nya dan demikian pula Rasul-Nya, sesungguhnya kami adalah orang-orang yang berharap kepada Allah.

(QS. At-Taubah: 59)

Saya pernah membaca sebuah cerita tentang seorang laki-laki yang melompat dari jendela. Di salah satu jari tangan kiri laki-laki tersebut melingkar sebuah cincin. Ketika laki-laki itu meloncat, cincin itu tersangkut pada sebuah paku yang ada di jendela. Dengan jatuhnya tubuh laki-laki yang berat itu, paku yang ada di jendela itu menarik jari, dan putuslah. Tangan kiri laki-laki itu, tinggal empat jari. Ia pun berkata kepada dirinya, "Aku hampir tidak ingat lagi bahwa aku hanya memiliki empat jari di tangan sebelah kiri. Dan, aku baru menyadarinya ketika aku teringat kejadian itu."

"Allah menakdirkan dan Allah melakukan apa yang Dia kehendaki."

(Al-Hadîts)

Jangan katakan ah, pada api. Jika kau katakan, ah, maka para pendosa

akan bergirang dan air mata akan mengalir dengan deras.

Saya mengenal seseorang yang buntung tangan kanannya karena didera penyakit kronis. Ia awet rupa, menikah, dan dikaruniai banyak anak. Ia bahkan bisa menyetir mobilnya dengan lancar dan melakukan pekerjaannya tanpa kesulitan. Seakan Allah menciptakan dua tangan untuknya.

"Terimalah dengan penuh kerelaan dengan apa yang Allah berikan kepadamu, niscaya kamu menjadi manusia yang paling kaya." **(Al-Hadîts)**

Hiburlah dirimu, maka dia akan gembira pada tempatnya.

Apakah air mata mampu mengembalikan barang berharga

yang telah lama hilang?

Alangkah cepat kita mampu beradaptasi dengan realitas. Dan, betapa menakjubkan kita mampu menerima kondisi kehidupan baru kita. Lima puluh tahun lampau, di dalam rumah hanya ada beberapa alat sederhana. Misalnya, alas dari daun kurma, sebuah tempat air sederhana, sebuah periuk dari tanah, sebuah mangkuk ceper besar, dan sebuah kendi. Tapi kehidupan tetap berjalan. Sebab kita rela dan menyerahkan kehidupan kita kepada kenyataan.

Jiwa akan terus meminta jika selalu kau manjakan.

Sebaliknya, jika dikembalikan pada yang sedikit,

dia pasti akan puas juga.

Pernah terjadi sebuah keributan antara dua kabilah di Kufah. Tepatnya, di Mesjid Jami'. Masing-masing pihak telah menghunus pedang dan memasang anak panah. Suasana kian panas. Hampir saja tengkorak lepas dari jasad.

Lalu, keluarlah salah seorang dari masjid untuk mencari seorang juru damai yang penyabar. Dia adalah Al-Ahnaf ibn Qais. Pada saat itu Ahnaf berada di rumahnya sedang memerah susu kambing. Dia memakai pakaian yang harganya tidak sampai sepuluh dirham. Badannya kurus dan penampilannya memprihatinkan.

Ketika dikabarkan tentang apa yang terjadi, ia tenang saja dan tidak kaget. Sebab, dia sudah terbiasa menghadapi kesulitan dan hidup dalam tekanan. Ia hanya berkata, "Insyaallah, akan baik-baik saja!"

Setelah itu disuguhkan sarapannya, seakan-akan tidak pernah terjadi apa-apa. Dan, sarapannya hanyalah sepotong roti kering, minyak, garam, dan segelas air. Sejenak dia membaca, "Bismillah,", lantas makan. Selesai makan dia membaca, "Alhamdulillah." Dia berkata, "Gandum dari Irak, minyak dari Syam, air dari sungai Tigris, dan garam Marw adalah nikmat yang tiada tara."

Sudah itu, ia mengenakan pakaian dan mengambil tongkat. Lalu berjalan menuju kerumunan massa. Ketika orang-orang melihatnya, serentak

mereka berdesakan untuk melihatnya. Dan, baru tenang ketika ia mulai bicara. Spontan ia melontarkan kata-kata tentang perdamaian, dan meminta untuk segera bubar. Semua yang terlibat dalam keributan itu pun pulang. Keributan itu kemudian tidak terjadi, dan fitnah yang tadi menyulut emosi mereka hilang begitu saja.

Bisa saja seseorang mendapat kemuliaan,

walau dia memakai selendang lusuh dan kantong baju bertambal-tambal.

Dalam kisah di atas terdapat banyak pelajaran yang bisa kita dapat. Di antaranya:

Kemuliaan itu bukan dengan kegagahan dan penampilan. Minimnya harta yang dimiliki seseorang bukan petunjuk bahwa dia hidup sengsara. Demikian pula dengan kebahagiaan, tidak dinilai dari jumlah kekayaan dan kemegahan.

Adapun manusia, apabila Rabbnya mengujinya lalu Dia memuliakannya (dengan) diberi kesenangan, maka dia berkata: "Rabb-ku telah memuliakan aku." Adapun bila Rabbnya mengujinya lalu membatasi rezekinya maka dia berkata: "Rabb-ku menghinaku." **(QS. Al-Fajr: 15-16)**

Nilai manusia sebenarnya adalah bakat-bakat yang terpupuk dan sifat-sifat yang mulia. Bukan pakaiannya, bukan sepatunya, bukan istananya, dan bukan pula rumahnya. Bobot manusia itu terletak dalam keilmuan, kedermawanan, kesabaran, dan akalnya.

Sesungguhnya orang yang paling mulia di antara kamu adalah orang yang bertakwa. **(QS. Al-Hujurât: 13)**

Adapun hubungannya dengan bahasan yang kita bicarakan kali ini adalah bahwa kebahagiaan tidak terdapat dalam kekayaan yang melimpah ruah. Kebahagian tidak pula di istana yang demikian megah. Tidak juga pada emas dan perak. Namun, hadir di dalam hati dengan keimanan, ridla-nya, kelembutan, dan sinarnya.

Dan, janganlah harta benda dan anak-anak mereka menarik hatimu. **(QS. At-Taubah: 55)**

Katakanlah: "Dengan karunia Allah dan rahmat-Nya, hendaklah dengan itu mereka bergembira." **(QS. Yûnus: 58)**

Biasakan diri Anda untuk menerima qadha' dan qadar Allah. Apa yang bisa Anda lakukan jika Anda tidak percaya pada qadha' dan qadar Allah? Apakah Anda akan masuk ke dalam perut bumi? Atau akan mengambil tangga untuk naik ke langit? Semua itu tidak akan berguna dan sama sekali tidak akan menolong Anda dari qadha' dan qadar Allah. Lalu bagaimana solusinya?

Solusinya adalah kita rela dan kita pasrah.

> *Di mana pun kamu berada, kematian akan mendapatkan kamu. Meskipun kamu berada di dalam benteng yang tinggi dan kokoh.* **(QS. An-Nisâ` : 78)**

Di antara hari-hari yang paling mengerikan sekaligus menakutkan dalam hidup saya adalah saat dokter spesialias menyatakan bahwa tangan saudara saya, Muhammad, harus diamputasi. Saat mendengar kabar ini laksana disambar petir. Namun saya berusaha mengalahkan emosi dan mengembalikan jiwa kepada firman Allah:

> *Tidak sesuatu musibah pun yang menimpa seseorang kecuali dengan izin Allah; dan barangsiapa yang beriman kepada Allah niscaya Allah akan memberi petunjuk kepada hatinya.* **(QS. At-Taghâbun: 11)**

> *Dan, berikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar. (Yaitu) orang-orang yang apabila ditimpa musibah, mereka mengucapkan, 'Inna Lillâhi wa Innâ Ilaihi Râji'ûn.'* **(QS. Al-Baqarah: 155-156)**

Ayat-ayat ini adalah tetesan air yang menyejukkan. Sebuah kedamaian, ketenangan, dan kemenangan.

Tak ada gunanya bagimu dunia

yang ujungnya hanyalah ketakutan yang sangat kuat

dan lubang yang paling kecil.

Allah telah memberikan pahala terhadap apa yang kau minta.

Dia telah hadir saat umur kita masih kecil. Dan, kita tidak memiliki siasat untuk berkelit dari semua itu. Siasat kita hanyalah iman dan menyerah kepada qadar.

> *Bahkan mereka telah menetapkan tipu daya (jahat), maka sesungguhnya Kami akan membalas tipu daya mereka.* **(QS. Az-Zukhruf: 79)**

> *Dan, Allah berkuasa terhadap urusan-Nya.* **(QS. Yûsuf: 21)**

Dan, bila Dia berkehendak (untuk menciptakan) sesuatu, maka (cukuplah) Dia hanya mengatakan kepadanya: "Jadilah!" Lalu jadilah ia.

(QS. Al-Baqarah: 117)

Dalam sekali waktu, al-Khansa' an-Nakha'iyah mendapatkan kabar bahwa keempat putranya gugur di jalan Allah dalam perang di Al-Qadisiyyah. Saat itu, yang langsung dilakukannya adalah memuji Allah dan berterima kasih kepada-Nya atas baiknya rangkaian takdir yang diciptakan Allah, atas pilihan-Nya yang terbaik, dan diberlakukannya qadha'.

Hal ini bisa terjadi karena ada dorongan keimanan dari dalam dirinya. Juga, sebuah kekuatan dan keyakinan yang tidak pernah surut. Orang sepertinya akan diberi pahala dan akan hidup bahagia di dunia dan akhirat.

Jika dia tidak melakukan itu semua, maka apa yang harus ia lakukan? Apakah ia harus murka, menghardik, berpaling dan menolak? Yang berarti kerugiaan di dunia dan akhirat.

"Maka barangsiapa rela, dia akan mendapatkan kerelaan itu. Dan, barangsiapa membenci, maka dia akan mendapatkan kebencian itu." **(Al-Hadîts)**

Sesungguhnya 'balsem' untuk menawarkan musibah dan 'obat' untuk mengurangi tekanan hidup adalah ungkapan kita yang tulus: *Innâ lillâhi wa innâ ilaihi râji'ûn.*

Artinya, kita semua adalah milik Allah, makhluk-Nya dan berada dalam kekuasaan-Nya. Kita berasal dari-Nya dan akan kembali kepada-Nya. Semua perkara ada di tangan-Nya, dan kita tak punya kekuasaan sedikit pun.

Jiwaku yang menguasai sesuatu telah pergi,

maka bagaimana mungkin aku menangisi sesuatu jika dia telah pergi.

Tiap-tiap sesuatu pasti binasa, kecuali wajah-Nya (Allah).

(QS. Al-Qashash: 88)

Semua yang ada di bumi ini akan binasa. **(QS. Ar-Rahmân: 26)**

Sesungguhnya kamu akan mati dan sesungguhnya mereka akan mati pula. **(QS. Az-Zumar: 30)**

Jika Anda dikejutkan oleh kabar bahwa rumah Anda terbakar, anak Anda meninggal, atau harta Anda lenyap, apa kira-kira yang akan Anda

lakukan? Tidak ada gunanya lari, tidak ada manfaatnya kabur dan menghindari takdir. Serahkan segala urusan kepada Allah, terimalah qadar Allah, sadarilah kenyataan yang ada, dan carilah pahala dari peristiwa itu. Sebab hanya itu yang ada di hadapanmu, tidak ada pilihan lain.

Ya, memang ada pilihan lain, tapi hina sekali. Dan saya peringatkan agar Anda menghindarinya. Pilihan lain itu adalah menyesali apa yang terjadi dan menggerutu terhadap apa yang telah berlalu, serta marah sejadi-jadinya.

Tapi apa yang didapatkan dari itu semua? Yang didapatkan hanyalah kemarahan dari Rabb, kebencian dari sesama manusia, pahala yang hilang, dan dosa yang semakin banyak. Lebih dari itu, bencana itu tidak akan pergi, derita itu tidak akan hilang, dan takdir Anda yang sudah seperti itu tidak akan pernah diubah.

Maka hendaklah ia merentangkan tali ke langit, kemudian ia melaluinya, kemudian hendaklah dia pikirkan apakah tipu dayanya itu melenyapkan apa yang menyakitkan hatinya. **(QS. Al-Hajj: 15)**

Jangan Bersedih. Karena yang Anda Sedihkan Itu Akan Berakhir

Kematian itu pasti datang kepada setiap orang. Entah dia zalim ataupun yang dizalimi, yang kuat maupun yang lemah, yang kaya maupun yang miskin. Kematian yang akan Anda hadapi nanti bukan sesuatu yang baru. Karena orang-orang sebelum dan setelah Anda juga pasti mati.

Ibnu Bathutah menyebutkan bahwa di wilayah utara ada satu kuburan yang di dalamnya dikuburkan seribu raja. Di atas kuburan itu tertulis:

Dan tentang raja-raja mereka, tanyakan kepada tanah

kepala-kepala yang pernah dihormati itu kini jadi tulang belaka.

Persoalan yang membingungkan dalam kaitan ini adalah kelalaian manusia tentang kefanaan yang melingkupinya setiap pagi dan petang. Dan, anggapannya bahwa ia akan hidup selamanya dengan selalu bergelimang kenikmatan. Juga, kepura-puraannya tidak mengetahui perjalanan yang pasti akan datang. Pula, kesembronoannya terhadap sebuah akhir yang pasti bagi setiap makhluk hidup.

Hai manusia, bertakwalah kamu kepada Rabb-mu; sesungguhnya goncangan hari kiamat itu adalah suatu kejadian yang sangat besar (dahsyat).

(QS. Al-Hajj: 1)

Telah dekat kepada manusia hari perhitungan amal mereka, sedang mereka dalam kelalaian lagi berpaling (daripadanya). **(QS. Al-Anbiyâ` : 1)**

Tatkala Allah menghancurkan berbagai umat, membinasakan suku-suku, dan meluluhlantakkan kota-kota beserta para penduduknya yang zalim, Allah berfirman:

Apakah kamu melihat seorang pun dari mereka atau kamu dengar suara mereka yang samar-samar. **(QS. Maryam: 98)**

Semuanya telah lenyap dari mereka, kecuali berita dan pembicaraan tentang dirinya.

Adakah kau memiliki kabar tentang penduduk Andalusia?

Telah lewat perbincangan tentang mereka bersama waktu.

Rehat

Doa menghadapi kesulitan itu mencakup tauhid *uluhiyah* dan *rububiyah*, serta penyifatan Allah dengan keagungan dan kesabaran. Dua sifat ini memiliki konsekuensi kesempurnaan, kekuasaan, rahmat, kebaikan dan ampunan. Penyifatan terhadap Allah, maksudnya adalah memahami kesempurnaan *rububiyah*-Nya pada alam atas, alam bawah, dan *'Arasy*—yang merupakan atap bagi semua makhluk sekaligus makhluk paling besar.

Rububiyah yang sempurna mengharuskan pengesaan-Nya. Dan, pengesaan-Nya hanya berupa ibadah, cinta, takut, berharap, menghormati, dan taat kepada-Nya. Keagungan-Nya yang mutlak mengharuskan penetapan setiap kesempurnaan bagi-Nya dan penghilangan atas semua kekurangan dan kesamaan atas diri-Nya. Sedangkan, kesabaran-Nya mengharuskan kesempurnaan rahmat dan kebaikan terhadap makhluk-Nya.

Kesadaran hati dan pengetahuan tentang itu akan menghadirkan rasa cinta, pengagungan, dan tauhid atas diri-Nya. Dan semua itu akan menciptakan rasa senang, nikmat, dan bahagia. Juga berfungsi mengusir semua rasa sakit akibat penderitaan, kesedihan dan kegundahan.

Perumpamaannya, ada seorang yang sakit. Lalu, si sakit itu mendapatkan sesuatu yang membuatnya bahagia, gembira, dan menguatkan jiwanya. Maka, dia akan bangkit dan melawan rasa sakit itu. Kesembuhan

penyakit dengan terapi seperti itu akan sangat baik dan tepat untuk hati.

Jauhi Depresi. Karena Depresi Merupakan Jalan Menuju Kesengsaraan

Koran *al-Muslimûn* Edisi No. 240, Shafar/ 1410 H, memberitakan, sedikitnya 200 juta orang di dunia terserang depresi.

Depresi melanda seluruh dunia, tanpa membedakan letak negara. Penyakit ini menyerang siapa saja, tak peduli orang kaya atau orang miskin. Mereka yang menderita depresi biasanya berujung dengan ... bunuh diri!!

Upaya bunuh diri tak pernah memperhitungkan nama-nama, kedudukan maupun negara asal. Namun demikian, bunuh diri itu sendiri sangat takut kepada orang-orang mukmin. Seperti dilansir Koran *al-Muslimûn,* kini korban depresi ini telah mencapai 200-an juta orang di seluruh dunia. Namun temuan terakhir menyebutkan, minimal 1 dari sepuluh orang yang ada di dunia ini terjangkit penyakit sangat berbahaya ini.

Depresi bukan hanya mengancam orang dewasa. Tapi juga remaja dan anak-anak. Bahkan, mengancam janin dalam perut ibu yang sedang hamil. *Masya Allah!*

Depresi Adalah Gerbang Bunuh Diri

Dan, janganlah kamu membunuh dirimu sendiri. **(QS. An-Nisâ` : 29)**

Dan, janganlah kamu menjatuhkan dirimu sendiri dalam kebinasaan.
(QS. Al-Baqarah: 195)

Berita-berita yang disiarkan oleh beberapa kantor berita menyebutkan bahwa penyakit depresi telah pula menyerang mantan presiden Amerika Serikat, Ronald Reagan. Penyakit ini menyerang Reagan saat usianya telah melewati tujuh puluh tahun, di mana ia seharusnya tidak lagi menghadapi tekanan dan berkali-kali menjalani operasi.

Kendatipun kamu berada di dalam benteng yang tinggi lagi kokoh.
(QS. An-Nisâ` : 78)

Banyak orang terkenal dan secara khusus yang menerjunkan diri dalam dunia seni, terutama mereka yang terserang penyakit ini. Depresi ini telah menjadi penyebab utama — tapi bukan satu-satunya — atas kematian seorang penyair terkenal Salah Jahin. Demikian halnya dengan Napoleon Bonaparte yang dikatakan mati karena tertekan mentalnya di tempat pengasingannya.

Dan, kelak akan melayang nyawa mereka sedang mereka dalam keadaan kafir. **(QS. At-Taubah: 55)**

Masih segar dalam ingatan kita tentang berita yang di-*release* oleh beberapa kantor berita dan kemudian menjadi *headline* media dunia, yakni tentang kejahatan yang dilakukan oleh seorang ibu berkewarganegaraan Jerman yang membunuh ketiga anaknya dengan sadis. Ternyata penyebabnya adalah depresi. Karena kecintaannya yang berlebihan kepada anak-anaknya, dia khawatir akan mewariskan kepedihan dan tekanan hidup yang saat ini dia rasakan, kepada mereka. Keputusannya adalah menghindarkan mereka dari kepedihan ini dengan cara membunuh mereka ..., kemudian dia sendiri bunuh diri.

Angka yang dikeluarkan oleh Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menunjukkan bahwa masalah ini sangat riskan. Pada tahun 1972 orang-orang yang terkena penyakit depresi ini hanya sekitar 3 persen. Angka ini naik menjadi 5% pada tahun 1978. Sejumlah penelitian menyebutkan bahwa 1 dari 4 orang Amerika menderita penyakit ini. Sementara itu, Ketua Konferensi Goncangan Mental (*Mental Disorder)* yang diadakan di Chicago pada tahun 1981 menyebutkan bahwa ada 100 juta orang penderita penyakit depresi ini di dunia. Kebanyakan dari mereka berada di negara-negara maju. Statistik yang lain menyebutkan angka 200 juta orang.

Dan, tidakkah mereka (orang-orang munafik) memperhatikan bahwa mereka diuji sekali atau dua kali setiap tahun. **(QS. At-Taubah: 126)**

Seorang bijak bestari mengatakan, "Buatlah minuman yang manis dari lemon."

Seorang bijak yang lain mengatakan, "Orang cerdik bukanlah orang yang mampu menambah keuntungannya, namun orang cerdik adalah orang yang mampu mengubah kerugian menjadi keuntungan."

Mereka itulah yang mendapat keberkahan yang sempurna dan rahmat dari Rabb mereka, dan mereka itulah orang-orang yang mendapat petunjuk.
(QS. Al-Baqarah: 157)

Dalam peribahasa disebutkan: Janganlah Anda membenturkan diri ke tembok! Artinya, janganlah Anda melawan orang-orang yang tidak akan memberikan manfaat.

Jika kau tak dapat melakukan sesuatu maka tinggalkanlah

lakukanlah apa yang bisa kau lakukan

Dalam peribahasa yang lain disebutkan: Janganlah Anda menumbuk tepung!

Karena itu Allah menimpakan atas kamu kesedihan atas kesedihan, supaya kamu jangan bersedih hati terhadap apa yang luput dari pada kamu dan terhadap apa yang menimpa kamu. Allah Maha Mengetahui apa yang kamu kerjakan. **(QS. Ali 'Imrân: 153)**

Artinya, masalah-masalah yang telah selesai dan telah berlalu jangan diungkit-ungkit lagi. Sebab, itu hanya akan menimbulkan kesedihan, kegoncangan, dan waktu yang terbuang percuma.

Dalam pepatah lain disebutkan (ini merupakan pepatah Inggris): Janganlah Anda menggergaji serbuk kayu. Artinya, serbuk kayu jangan digergaji lagi, sebab pekerjaan itu telah selesai.

Peribahasa-peribahasa ini ditujukan kepada mereka yang selalu menyibukkan diri dengan hal-hal yang sepele, kepada mereka yang berlarut-larut dalam kesedihan, dan kepada mereka yang tak habis-habisnya menyesali masa lalu.

Orang-orang yang berkata kepada saudara-saudaranya dan mereka tidak turut pergi berperang: "Sekiranya mereka mengikuti kita, tentulah mereka tidak terbunuh". Katakanlah: "Tolaklah kematian itu darimu, jika kamu orang-orang yang benar." **(QS. Ali 'Imrân: 168)**

Jangan kau ulangi selalu kisah perpisahan

hibur dirimu, pasti akan terhibur

Banyak hal yang bisa dilakukan oleh orang-orang yang tidak punya kegiatan untuk mengisi kekosongannya. Misalnya, membekali diri dengan amal salih, melakukan kebaikan kepada sesama, menjenguk orang sakit, melakukan ziarah kubur, memelihara masjid, ikut serta dalam kegiatan sosial, menjalin hubungan dengan orang-orang yang dicintai Allah, menertibkan rumah dan kantor, melakukan olahraga yang bermanfaat, serta membantu orang-orang; fakir, lemah, dan janda.

Sesungguhnya, kamu telah bekerja sungguh-sungguh menuju Rabb-mu, maka pasti kamu akan menemui-Nya. **(QS. Al-Insyiqâq: 6)**

Aku tak pernah melihat yang sama dengan kebaikan

rasanya manis dan bentuknya sangat menarik hati.

Bacalah sejarah, niscaya Anda akan dapatkan cerita tentang orang-orang yang menderita, orang-orang yang terampas hak mereka, dan orang-orang yang mendapat musibah.

Setelah menguraikan pasal-pasal dalam pembahasan ini, saya akan memaparkan kisah orang-orang yang menderita dengan judul: *Ta'azza bil Mankûbîn* (Turutlah prihatin atas nasib orang-orang yang menderita).

Bacalah sejarah di dalamnya ada ibrah,

suatu kaum akan sesat jika tak mengerti kabar mereka.

Dan, semua kisah dari rasul-rasul Kami kisahkan kepadamu, ialah kisah-kisah yang dengannya Kami teguhkan hatimu. **(QS. Hûd: 120)**

Sesungguhnya, pada kisah-kisah mereka itu terdapat pelajaran bagi orang-orang yang mempunyai akal. **(QS. Yûsuf: 111)**

Maka, ceritakanlah (kepada mereka) kisah-kisah itu agar mereka berpikir. **(QS. Al-A'râf: 176)**

Umar mengatakan, "Ketika pagi tiba, saya tidak punya target apapun, kecuali saya akan menikmati semua *qadha`* Ilahi."

Silakan kematian, membidikku semaumu,

karena aku telah terlatih untuk berani.

Artinya, Umar sangat rileks menghadapi *qadha'* Allah baik yang manis maupun yang pahit.

Ada yang mengatakan, "Saya tidak peduli kendaraan mana yang akan saya naiki. Jika harus mengendarai kefakiran, maka itu artinya harus bersabar dan jika harus mengendarai kekayaan, maka itu artinya harus bersyukur."

Dalam satu tahun, Abu Dzuaib al-Hudzali telah ditinggal mati oleh delapan anaknya karena wabah penyakit. Kira-kira apa yang akan dia katakan? Dia hanya percaya, berserah diri, dan tunduk kepada *qadha'* Rabb-nya. Dia berkata,

"Kutunjukkan ketabahanku kepada orang-orang yang menghina,

bahwa aku tidak pernah gusar terhadap kebimbangan zaman

Jika kematian telah menjulurkan kuku-kukunya,

semua jimat yang kau pergunakan tak akan berguna."

Tidak ada suatu musibah pun yang menimpa seseorang kecuali dengan izin Allah. **(QS. At-Taghâbun: 11)**

Ibn Abbas buta, dan untuk menghibur diri ia berkata,

"Jika Allah telah mengambil cahaya dari kedua mataku

tapi di dalam nurani dan hatiku masih ada cahaya

Hatiku cerdik dan akalku tidaklah bengkok,

di mulutku ada yang tajam seperti pedang terhunus."

Itu hanyalah kiat Ibn Abbas untuk menghibur diri dengan banyaknya nikmat yang telah diberikan kepadanya. Bagi dia, toh hanya kehilangan sebagian kecil saja dari keseluruhan nikmat yang diterima.

Kaki 'Urwah ibn Zubair buntung dan pada saat yang sama anaknya meninggal. Katanya, "Ya Allah, segala puji bagi Engkau. Jika Engkau mengambil, maka sebenarnya Engkau telah memberi. Jika Engkau mendatangkan cobaan, maka sesungguhnya Engkau telah memberikan kesehatan. Engkau telah karuniakan empat anggota tubuh kepadaku dan Engkau cabut satu dariku. Engkau karuniakan pada-Ku empat anak dan Engkau cabut satu di antaranya."

Dan, Dia memberi balasan kepada mereka karena kesabaran mereka (dengan) surga dan (pakaian) sutera. **(QS. Al-Insân: 12)**

Sambil mengucapkan,) "Salamun 'Alaikum bima Shabartum."
(QS. Ar-Ra'd: 24)

Ketika Abdullah ibn ash-Shamah saudara Duraid terbunuh, maka Duraid pun menghibur dirinya setelah menyadari bahwa dirinya telah membela saudaranya itu sekuat tenaga. Namun tidak ada jalan untuk menghindari takdir. Saat kematian saudaranya, Abdullah, Duraid berberkata,

"Aku telah memukul kuda, karenanya hingga cerai berai.

Hingga tampak padaku warna hitam yang pekat

Pukulan seseorang yang membela saudaranya,

namun dia tahu bahwa manusia tidak akan abadi

Aku rendahkan emosiku, karena aku tidak mengatakan padanya

Kau bohong dan aku tidak kikir atas apa yang ada di genggamanku."

Diriwayatkan dari Imam Syafi'i bahwa dia pernah memberi nasehat dan menghibur orang-orang yang terkena musibah:

Biarkanlah hari-hari melakukan apa yang dia mau,

dan relakan jiwamu jika qadha' telah ditetapkan.

Jika qadha' telah turun,

tak ada yang sanggup mencegahnya, tidak juga bumi dan langit

Abul Atahiyyah berkata,

"Berapa kali sesuatu yang kau benci datang mengunjungimu

yang Allah turunkan namun kau tidak menyukainya?

Berapa kali kita takut kepada kematian,

namun ternyata kematian itu tak kunjung tiba?"

Berapa kali kita mengira bahwa apa yang datang kepada kita adalah sebuah ketentuan dan akhir dari segalanya, namun ternyata itu justru semangat baru, kekuatan, dan *survive*?

Berapa kali kita merasa bahwa jalan yang kita lalui menjepit kita, tali yang kita pegang putus, dan bentangan cakrawala yang ada di depan mata kita tiba-tiba menjadi gelap pekat, namun ternyata itu adalah kemenangan, pertolongan, kebaikan, dan kabar baik?

Katakanlah: "Allah menyelamatkan kamu dari bencana itu dan dari segala macam kesusahan." **(QS. Al-An'âm: 64)**

Berapa kali dunia yang ada di depan kita tiba-tiba menjadi gelap pekat, jiwa kita terasa sesak, dan bumi seakan menyempit, namun tiba-tiba semua itu menjelma menjadi kebaikan, kemudahan, dan pertolongan.

Jika Allah menimpakan kemudharatan kepadamu, maka tidak ada yang menghilangkannya kecuali Dia. **(QS. Al-An'âm: 17)**

Bagaimana mungkin orang yang sadar bahwa Allah lah yang mengendalikan segalanya, lalu dia akan takut kepada orang lain? Bagaimana mungkin orang yang sadar bahwa segala sesuatu itu ada di bawah kekuasaan Allah, lalu akan takut kepada orang-orang yang juga berada di bawah kekuasaan-Nya? Bagaimana mungkin orang yang takut kepada Allah juga takut kepada selain Allah? Padahal Allah telah berfirman,

Maka janganlah kamu takut kepada mereka, tetapi takutlah kepada-Ku jika kamu benar-benar orang beriman. **(QS. Ali 'Imrân: 175)**

Kemuliaan itu ada tangan Allah, ada di tangan Rasul-Nya dan orang-orang mukmin.

Di tangan Allah ada kewenangan.

Dan, sesungguhnya tentara Kami itulah yang pasti menang.
(QS. Ash-Shâffat: 178)

Sesungguhnya, Kami menolong Rasul-rasul Kami dan orang-orang yang beriman dalam kehidupan dunia dan pada hari berdirinya saksi-saksi (hari kiamat). **(QS. Al-Mu`minûn: 51)**

Ibnu Katsir di dalam tafsirnya menyebutkan sebuah hadits *qudsi* yang berbunyi demikian: "*Demi kemuliaan dan keagungan-Ku, tidaklah seorang hamba meminta perlindungan kepada-Ku, kemudian langit dan bumi ingin memperdayakannya, pasti Aku akan membuatkan baginya jalan keluar dan kemudahan. Dan, demi kemuliaan dan keagungan-Ku, tidaklah seseorang meminta perlindungan kepada selain Aku, kecuali akan aku balikkan bumi dari kedua kakinya.*"

Ibnu Taimiyyah berkata, "Dengan, *lâ hawla wa lâ quwwata illa billâhi,* semua beban bisa ditanggung, semua goncangan bisa diatasi, dan semua kemuliaan bisa digapai."

Oleh karena itu, camkanlah kalimat itu, wahai hamba Allah! Sebab kalimat itu merupakan salah satu simpanan surga, salah satu danau kebahagiaan, dan merupakan salah satu jalan menuju ketenangan dan kelapangan hati.

Istighfar Adalah Pembuka Jalan

Ibnu Taimiyyah berkata, "Jika masalah yang saya hadapi mengalami kebuntuan, maka saya akan ber-*istighfar* kepada Allah sebanyak seribu kali (atau kurang lebihnya sebanyak angka itu) niscaya Allah akan membukakan jalan keluar."

Maka aku katakan kepada mereka: "Mohonlah ampun kepada Rabb-mu, sesungguhnya Dia Maha Pengampun." **(QS. Nûh: 10)**

Salah satu sebab ketenangan hati dan pikiran adalah ber-*istighfar* kepada Dzat Yang memiliki keagungan (*Dzul Jalal*).

Banyak hal yang dianggap berbahaya tetapi justru mendatangkan manfaat. Setiap *qadha'* pada dasarnya baik, termasuk kemaksiatan yang ia lakukan.

Dalam *Al-Musnad* karya Imam Ahmad, disebutkan: "*Allah tidak memberlakukan sebuah* qadha` *kepada hamba-Nya kecuali itu menjadi sebuah kebaikan baginya.*"

Ketika ditanyakan kepada Ibnu Taimiyyah, "Sampai pun kemaksiatan?"

Ibnu Taimiyyah menjawab, "Ya, jika maksiat itu dibarengi dengan taubat dan penyesalan, *istighfar* dan kesadaran."

> *Jika mereka menganiaya dirinya, mereka datang kepadamu, lalu memohon ampun kepada Allah dan Rasul pun memohonkan ampun untuk mereka, tentulah mereka mendapati Allah Maha Penerima taubat lagi Maha Penyayang.* **(QS. An-Nisâ` : 64)**

Abu Tamam berkata tentang masa-masa bahagia dan sulitnya,

Tahun-tahun berlalu bersama kebahagiaan dan kesenangannya,
karena terlalu singkatnya tahun-tahun itu seperti hitungan hari.
Kemudian datang hari-hari susah
seakan-akan hari-hari itu tahun-tahun yang lama karena panjangnya
Kemudian masa-masa itu lenyap bersama dengan manusia,
masa-masa itu dan manusia-manusia itu tak ubahnya mimpi

> *Dan, masa (kejayaan dan kehancuran) itu, Kami pergilirkan di antara manusia (agar mereka mendapat pelajaran).* **(QS. Ali 'Imrân: 140)**

> *Pada hari mereka melihat hari berbangkit itu, mereka merasa seakan-akan tidak tinggal (di dunia) melainkan (sebentar saja) di waktu sore atau pagi hari.* **(QS. An-Nâzi'ât: 46)**

Saya kagum kepada orang-orang besar yang pernah dikenal dalam catatan sejarah. Ujian, cobaan, dan bencana mereka hadapi seperti kucuran air hujan atau hembusan angin. Dan, di barisan paling depan dari mereka adalah pemimpin semua makhluk, Muhammad Rasulullah. Dalam perjalanannya menuju Madinah, dia bersembunyi di dalam gua bersama saha-

batnya, Abu Bakar. Pada saat musuh sudah mendekati mereka, ia berkata kepada temannya itu,

Janganlah kamu bersedih, sesungguhnya Allah bersama kita.
(QS. At-Taubah: 40)

Dalam perjalanan hijrahnya karena diusir dari kampung halamannya, ia memberi kabar gembira kepada Suraqah, yang membuntuti perjalanannya, bahwa dia akan memakai gelang Kisra.

Pada saat Perang Badar dia dengan semangat mengenakan baju perangnya dan berkata,

Golongan itu akan dikalahkan dan mereka akan mundur ke belakang.
(QS. Al-Qamar: 45)

Pada saat Perang Uhud (setelah banyak sahabat yang terluka dan terbunuh) dia berkata kepada para sahabatnya, "Berbarislah kalian di belakangku, maka aku akan memuji Rabb-ku."

Ini merupakan semangat tinggi kenabian yang menembus bintang-bintang di angkasa dan tekad seorang nabi yang mengguncangkan gunung-gunung.

Qais ibn 'Ashim al-Manqari adalah orang Arab yang sangat penyabar. Suatu saat dia sedang duduk menceritakan sebuah kisah di depan kaumnya. Tiba-tiba datanglah seorang laki-laki tergopoh-gopoh mengatakan, "Anakmu baru saja terbunuh, dia dibunuh oleh anak si Fulanah!" Mendengar itu, dia tidak menggeser duduknya dan tidak menghentikan ceritanya hingga selesai. Setelah selesai, dia berkata, "Mandikan dan kafani jenazahnya! Setelah selesai panggil aku untuk menyalatkannya."

Dan, orang-orang yang sabar dalam kesempitan, penderitaan dan dalam peperangan. **(QS. Al-Baqarah: 177)**

Pada saat *sakaratul maut*, kepada Ikrimah binti Abu Jahal ditawarkan air. Tapi jawabnya, "Berikan air itu kepada Fulan dan akhirnya diberikan kepada Harits ibn Hisyam. Selanjutnya, baik Ikrimah maupun Harits meninggal.

Jika dibunuh maka darah mereka akan bergolak oleh kemuliaan.

Dulu, salah satu jalan kematian mereka adalah terbunuh.

Orang Lain yang Bergantung Kepada Anda, dan Bukan Anda yang Bergantung Kepada Mereka

Orang yang berotak cemerlang akan menjadikan orang lain bergantung kepadanya, bukan dirinya bergantung kepada mereka. Ia tidak pernah bersikap atau mengambil keputusan dengan menggantungkannya kepada orang lain. Orang memiliki tujuan tertentu yang ingin mereka capai, namun memiliki batas-batas tertentu untuk bekerja sama dengan orang lain. Inilah yang membatasi langkah mereka.

Coba perhatikan Husein ibn Ali. Dia adalah anak dari puteri Rasulullah. Dia dibunuh, namun umat Islam sendiri tidak ada yang melakukan pembelaan terhadap dirinya, meski hanya dengan menggerakkan dua buah bibirnya. Bahkan sebaliknya, orang-orang yang membunuhnya bertakbir dan mengagung-agungkan nama Allah dengan bebas atas kemenangan besar ini karena mereka telah berhasil membunuhnya.

Mengenai peristiwa ini seorang penyair mengatakan,

Mereka datang dengan kepalamu, wahai anak puteri Muhammad.

Dengan memakai selimut darah yang ada pada tubuhmu.

Mereka bertakbir keras-keras karena engkau telah terbunuh, padahal

mereka telah membunuh takbir dan tahlil dengan dirimu.

Ahmad ibn Hanbal digiring ke penjara, dia dicambuk hingga hampir mati, namun tidak seorang pun yang bergerak membelanya.

Ibnu Taimiyyah ditangkap, kemudian dinaikkan *bighal* menuju ke Mesir, untuk diarak dan dipermalukan. Hingga mereka yang hadir waktu pemakamannya, tidak berbuat apa-apa, karena memang mereka punya batas-batas tertentu dalam menolong orang lain.

Dan, tidak kuasa untuk (menolak) sesuatu kemudharatan dari dirinya dan tidak (pula untuk mengambil) sesuatu kemanfaatan dan (juga) tidak kuasa mematikan, menghidupkan dan tidak (pula) membangkitkan.

QS. Al-Furqân: 3)

Hai Nabi, cukuplah Allah (menjadi Pelindung) bagimu dan bagi orang-orang mukmin yang mengikutimu. **(QS. Al-Anfâl: 64)**

Dan, bertawakallah kepada Allah Yang Hidup (Kekal) Yang tidak mati.

(QS. Al-Furqân: 58)

Sesungguhnya, mereka sekali-kali tidak akan dapat menolak dari kamu sedikitpun dari (siksaan) Allah. **(QS. Al-Jâtsiyah: 19)**

Termasuk bait syair berikut:

Kokohkan tanganmu berpegang pada tali Allah

karena ia adalah tiang saat tiang yang lain mengkhianatimu.

Bersikaplah Bijaksana Terhadap Harta, Orang yang Hemat Tidak Akan Sengsara

Ada seseorang mengatakan,

"Kumpulkanlah uangmu karena kemuliaan itu ada dalam harta,

dan engkau bisa melakukan apa saja tanpa paman dan bibi."

Falsafah yang mendorong untuk menghambur-hamburkan harta, membelanjakannya pada tempat yang tidak benar, atau justru tidak ada niatan untuk mengumpulkan harta sama sekali, merupakan falsafah hidup yang salah. Ini semua berasal dari falsafah hidup para pendeta Hindu atau dari orang-orang sufi.

Islam menyeru kepada para pemeluknya untuk mencari harta dengan cara yang baik, mengumpulkan harta dengan cara yang wajar dan membelanjakannya pada hal-hal yang mulia, agar terangkat menjadi mulia karena hartanya. Rasulullah pernah bersabda, *"Sebaik-baik harta yang didapat dengan cara yang baik adalah harta yang ada di tangan orang yang salih."* **(Hadits <u>h</u>asan)**

Satu hal yang menyebabkan kegusaran dan keresahan adalah banyaknya hutang, atau kefakiran yang berkepanjangan dan menghancurkan. Rasulullah bersabda, *"Apakah kalian hanya menunggu kekayaan yang membuat kecongkakan atau kefakiran yang menjadikan lupa (kepada Allah)."* Oleh sebab itulah Rasulullah memohon perlindungan kepada Allah dari hal-hal seperti itu seraya bersabda, *"Ya Allah, sesungguhnya aku berlindung kepada-Mu dari kekufuran kefakiran."*

Dalam sabdanya yang lain Rasulullah mengatakan, *"Hampir saja kefakiran menjerumuskan manusia kepada kekafiran."*

Ini semua sama sekali tidak bertentangan dengan hadits yang diriwayatkan oleh Ibn Majah: *"Ber-*zuhud*-lah engkau terhadap dunia, niscaya Allah akan mencintaimu, dan ber-*zuhud*-lah engkau terhadap apa yang ada pada*

sesama, niscaya mereka akan mencintaimu." Hanya saja dalam hadits ini ada unsur *dha'if*-nya.

Namun maknanya adalah bahwa Anda harus merasa cukup dengan terpenuhinya kebutuhan dasar. Anda juga harus merasa puas dengan terpenuhinya kebutuhan yang tidak mengharuskan meminta-minta dari orang lain. Anda harus menjadi orang yang mulia dan cukup dengan yang ada, berarti menjaga diri Anda untuk tidak meminta kepada orang lain. *"Dan, barangsiapa merasa cukup dengan apa yang Allah berikan maka Allah akan mencukupkannya."* **(Al-Hadîts)**

Tak pernah tanganku menadah kecuali pada Penciptanya.

Tak pernah aku memohon dinar kepada Sang Maha Pencipta.

Dalam sebuah hadits sahih disebutkan: *"Sesungguhnya, jika engkau meninggalkan para pewarismu dalam keadaan kaya jauh lebih baik daripada engkau harus meninggalkan mereka dalam keadaan miskin dan meminta-minta."*

Seorang penyair menegaskan tentang harga diri ini,

Perkataan yang paling baik dariku untukmu adalah "ambillah"

dan ucapan terburuk adalah "tidak" dan "semoga."

Dalam hadits sahih disebutkan: *"Tangan yang di atas lebih baik dari tangan yang di bawah."* Tangan yang di atas adalah tangan yang memberi sedangkan tangan yang di bawah adalah tangan yang mengambil dan meminta.

Orang yang tidak tahu menyangka mereka orang kaya karena memelihara diri mereka dari meminta-minta. **(QS. Al-Baqarah: 273)**

Ayat ini mengandung arti, jangan menjilat orang lain hanya untuk mendapatkan rezeki atau penghidupan. Allah telah menjamin rezeki, kematian, dan kehidupan semua makhluk. Kemuliaan iman itu adalah keteguhan hati, dan orang-orang yang imannya mulia adalah orang-orang yang mulia. Mereka mempunyai kemuliaan, kepala mereka selalu tegak, dan hidung mereka selalu terangkat.

Apakah mereka mencari kekuatan di sisi orang kafir? Maka, sesungguhnya semua kekuatan adalah kepunyaan Allah. **(QS. An-Nisâ`: 139)**

Jangan Bergantung Kepada Selain Allah!

Jika yang menghidupkan, yang mematikan, dan yang memberi rezeki itu adalah Allah, lalu mengapa harus ada rasa takut kepada sesama? Menurut hemat saya, yang membuat kesuntukan dan kegusaran itu adalah sikap bergantung kepada orang lain, keinginan mencari simpati mereka, keinginan untuk dipuji, dan keinginan untuk tidak dicela. Padahal ini merupakan kelemahan dalam bangunan tauhidnya.

Kuharap engkau bersikap manis walaupun kehidupan demikian pahit.

Kuharap engkau ridha walaupun orang lain murka.

Jika cinta-Mu membara, maka semua yang lain adalah ringan

dan semua yang ada di atas tanah itu adalah tanah.

Sebab-sebab yang Membuat Hati Menjadi Lapang

Ibnul Qayyim menyebutkan beberapa hal yang membuat dada menjadi lapang dan damai. Dari semua itu yang paling penting adalah tauhid. Dengan kebersihan dan kesuciannya tauhid itu bisa membuat hati menjadi lapang, jauh lebih luas dari dunia dan isinya.

Bagi seorang yang menyekutukan Allah dan kafir kepada-Nya sebenarnya tidak berhak hidup. Allah berfirman,

Dan, barangsiapa berpaling dari peringatan-Ku, maka sesungguhnya baginya kehidupan yang sempit, dan Kami akan menghimpunkannya pada Hari Kiamat dalam keadaan buta. **(QS. Thâhâ: 124)**

Barangsiapa Allah menghendaki akan memberikan kepadanya hidayah, niscaya Dia melapangkan dadanya untuk (memeluk agama) Islam. **(QS. Al-An'âm: 125)**

Maka, apakah orang-orang yang dibukakan Allah hatinya untuk (menerima) agama Islam, lalu ia mendapat hidayah dari Rabb-nya sama dengan orang yang membantu hatinya? **(QS. Az-Zumar: 22)**

Allah mengancam musuh-musuh-Nya dengan kesempitan hati, rasa takut, rasa khawatir, kegundahan, dan guncangan jiwa.

Kami akan masukkan ke dalam hati orang-orang yang kafir itu rasa takut, disebabkan mereka mempersekutukan Allah dengan sesuatu yang Allah sendiri tidak menurunkan keterangan tentang itu. **(QS. Ali 'Imrân: 151)**

Maka, kecelakaan besarlah bagi mereka yang telah membatu hatinya untuk mengingat Allah. **(QS. Az-Zumar: 22)**

Dan, barangsiapa Allah kehendaki kesesatannya, niscaya Allah menjadikan dadanya sempit, seolah-olah ia sedang mendaki langit.
(QS. Al-An'âm: 125)

Selain bahwa tauhid adalah ilmu yang bermanfaat, para ulama adalah orang yang paling lapang dadanya, orang yang paling bahagia, dan orang yang paling senang. Mereka lah pemegang warisan yang ditinggalkan Rasulullah.

Dan, Dia telah mengajarkan apa yang belum kamu ketahui.
(QS. An-Nisâ`: 114)

Maka, ketahuilah bahwa sesungguhnya tidak ada Rabb (yang haq) melainkan Allah. **(QS. Muhammad: 19)**

Amal salih juga termasuk hal-hal yang membuat dada menjadi lapang. Kebaikan itu adalah cahaya di dalam hati, sinar di wajah, kelapangan dalam rezeki, dan ungkapan cinta di hati orang-orang di sekitarnya.

Dan, jikalau mereka tetap berjalan lurus di atas jalan itu (agama Islam) benar-benar Kami akan memberi minum kepada mereka air yang segar (rezeki yang banyak). **(QS. Al-Jin: 16)**

Selanjutnya, adalah keberanian. Seorang pemberani adalah orang yang kaya hati, teguh pendirian, dan kuat tubuhnya, karena dia hanya mengharap kepada Dzat Yang Maha Penyayang. Dia tidak akan terusik oleh berbagai peristiwa, tidak tergoyahkan oleh kasak-kusuk, dan tidak terguncang oleh suara-suara yang mencemaskan.

Jauhi maksiat! Maksiat adalah kesuraman, keliaran, dan kegelapan.

Kulihat dosa-dosa mematikan hati dan mewariskan kehinaan

jika dilakukan terus menerus.

Menjauhi tindakan berlebihan dalam hal-hal yang mubah, baik dalam bicara, makan minum, dan bergaul.

Dan, orang-orang yang berpaling dari kesia-siaan.

(QS. Al-Mu` minûn: 3)

Tiada satu ucapan pun yang diucapkannya melainkan ada di dekatnya malaikat pengawas yang selalu hadir. **(QS. Qâf: 18)**

Makan dan minumlah, dan janganlah kamu berlebih-lebihan.

(QS. Al-A'râf: 31)

Wahai teman tempat tidur, kau terlalu banyak tidur

sesungguhnya setelah kehidupan ini ada tidur yang panjang.

Qadha' Itu Sudah Selesai

Seorang pasien yang terkena penyakit depresi dan guncangan jiwa bertanya kepada dokter ahli penyakit jiwa. Jawaban yang diberikan oleh seorang dokter muslim adalah: "Ketahuilah bahwa alam semesta ini telah selesai diciptakan dan telah selesai diatur, tidak ada sesuatu yang bergerak di dunia ini, kecuali atas izin Allah. Lalu mengapa harus risau dan sedih?"

"Sesungguhnya, Allah telah menetapkan ketentuan-ketentuan atas makhluk-makhluk-Nya lima puluh tahun sebelum mereka diciptakan." **(Al-Hadîts)**

Al-Mutanabbi berkata dalam sebuah bait syairnya,

Masalah kecil menjadi besar di mata orang yang kecil

dan masalah besar menjadi kecil di mata orang besar.

Kebebasan Itu Nikmat Sekali

Ar-Rasyid dalam bukunya yang berjudul *Al-Masar* menuliskan: "Orang yang memiliki roti sebanyak tiga ratus enam puluh potong, sekaleng minyak, dan seribu enam ratus biji kurma, tidak akan pernah diperbudak oleh orang lain."

Seorang ulama salaf mengatakan, "Orang yang merasa sudah cukup dengan roti kering dan air akan terindar dari perbudakan, kecuali [perbudakan] kepada Allah."

Padahal tidak ada seorang pun yang memberikan suatu nikmat kepadanya yang harus dibalasnya. **(QS. Al-Lail: 19)**

Seorang penyair berkata,

Kutaati semua hasratku, tapi dia memperbudakku

kalau saja aku puas dengan yang ada, aku pasti menjadi orang merdeka.

Orang-orang yang berusaha mencapai kebahagiaan dengan cara mengumpulkan harta benda, kedudukan atau jabatan pasti sadar bahwa mereka merugi. Tak ada lain yang bisa diraihnya. Mereka tidak akan mendapatkan apa-apa kecuali kesuntukan dan kegelisahan.

Dan, sesungguhnya kamu datang kepada Kami sendiri-sendiri sebagaimana kamu Kami ciptakan pada mulanya, dan kamu tinggalkan di belakangmu (di dunia) apa yang telah Kami karuniakan kepadamu. **(QS. Al-An'âm: 94)**

Tetapi kamu (orang-orang kafir) memilih kehidupan duniawi. Sedang kehidupan akhirat adalah lebih baik dan lebih kekal. **(QS. Al-A'lâ: 16-17)**

Bantal Tidur Sufyan ats-Tsauri Adalah Tanah

Sufyan ats-Tsauri mengambil sebongkah tanah yang kemudian dia jadikan sebagai bantal saat dia berada di Muzdalifah, pada waktu menunaikan ibadah haji. Orang-orang yang melihatnya pun bertanya, "Anda menjadikan tanah sebagai bantal tidur? Bukankah Anda adalah seorang ahli hadits di dunia?"

Sufyan ats-Tsauri menjawab, "Bantalku ini jauh lebih nikmat daripada bantal Khalifah Abu Ja'far al-Manshur."

Seandainya tangan menjulurkan kehinaan kepadamu,

akan tebaslah dengan mata pedang sebelum dia sampai.

Katakanlah: "Sekali-kali tidak akan menimpa kami melainkan apa yang telah ditetapkan oleh Allah atas kami." **(QS. At-Taubah: 51)**

Jangan Memperhatikan Orang-orang yang Menyebarkan Berita Bohong

Prakiraan-prakiraan akan terjadinya bencana dan ramalan-ramalan yang banyak mencemaskan kebanyakan orang, tak lebih dari keyakinan-keyakinan yang tak berdasar.

Setan menjanjikan (menakut-nakuti) kamu dengan kemiskinan dan menyuruh kamu berbuat kejahatan (kikir), sedang Allah menjanjikan untukmu ampunan daripada-Nya dan karunia. Dan Allah Maha Luas (karunia-Nya) lagi Maha Mengetahui. **(QS. Al-Baqarah: 268)**

Depresi, insomania dan abses merupakan akibat dari putus asa dan ketakutan yang berlebihan untuk jatuh dan gagal.

Jangan kau siksa aku karena aku telah tersiksa oleh kesedihan,

yang membuatku tak bisa tidur di tengah malam gulita.

Caci Maki dan Cemoohan Itu Tidak Akan Membahayakan Diri Anda

Mantan Presiden Amerika, Abraham Lincoln, mengatakan, "Saya tidak pernah membaca surat-surat cercaan yang ditujukan kepada saya, tidak pernah membuka amplopnya, apalagi membalasnya, karena kalau saya hanya sibuk mengurusi semua itu saya kehabisan waktu untuk berbuat demi rakyatku."

Allah berfirman,

Karena itu berpalinglah kamu dari mereka. **(QS. An-Nisâ` : 6)**

Maka, maafkanlah (mereka) dengan cara yang baik. **(QS. Al-Hijr: 85)**

Maka, berpalinglah (hai Muhammad) dari mereka dan katakanlah: "Salam (selamat tinggal)." **(QS. Az-Zukhruf: 89)**

Hassan ibn Tsabit berkata dalam sebuah bait syairnya,

Aku tak peduli apakah kambing hutan mencela dengan kesedihan,

atau tukang cela menghardikku dari balik punggungku.

Maksud Hassan di sini adalah bahwa ucapan-ucapan orang yang suka mencela, yang suka bicara kesana-kemari, yang tak ada yang bisa dibanggakan, dan yang suka menjatuhkan kehormatan orang lain, sama sekali tidak membahayakan dan tidak penting. Semua itu tidak akan memalingkan perhatian orang muslim dan tidak mengusik orang yang berani.

Pemimpin Angkatan Laut Amerika pada Perang Dunia II adalah seorang yang sangat brilian yang memiliki ambisi untuk menjadi seorang

yang masyhur. Dia banyak bergaul dengan bawahannya yang sering mencela, memaki, dan meremehkannya. Sampai akhirnya dia hanya berkomentar, "Kini aku memiliki kekebalan untuk menghadapi semua bentuk kritik. Tulang-tulangku telah rapuh dan usiaku telah tua, kini aku tahu bahwa ucapan-ucapan seperti itu tidak akan mampu menghancurkan kemuliaan dan tidak akan mampu mencabut pagar benteng yang kuat."

Apa yang diinginkan para penyair itu dariku

di usiaku yang kini telah lewat empat puluh.

Disebutkan dari Isa ibn Maryam bahwa dia pernah berkata, "Cintailah musuh-musuhmu!"

Artinya, Anda harus memberi maaf yang luas kepada musuh-musuh Anda agar bisa terhindar dari segala bentuk balas dendam dan kebencian yang mungkin hanya akan menghancurkan hidup Anda.

Dan, orang-orang yang memaafkan (kesalahan) orang. Allah menyukai orang-orang yang berbuat kebajikan. **(QS. Ali 'Imrân: 134)**

Rasulullah pernah berkata, "*Pergilah, sekarang kalian telah bebas.*"

Allah berfirman,

Pada hari ini tidak ada cercaan terhadap kamu. **(QS. Yûsuf: 92)**

Allah memaafkan apa yang telah lalu. **(QS. Al-Mâ` idah: 95)**

Renungkanlah Keindahan Alam Semesta

Satu hal yang membuat hati menjadi lapang dan tenang adalah merenungkan keindahan ciptaan Allah Yang Maha Agung di alam semesta; melihat, serta menikmati "kitab yang terbentang" ini. Allah telah berfirman mengenai ciptaan-Nya itu,

Lalu Kami tumbuhkan dengan air itu kebun-kebun yang berpemandangan indah. **(QS. An-Naml: 60)**

Inilah ciptaan Allah, maka perlihatkanlah olehmu kepadaku apa yang telah diciptakan oleh sesembahan-sesembahan(mu) selain Allah.
(QS. Luqmân: 11)

Katakanlah: "Perhatikanlah apa yang ada di langit dan di bumi."
(QS. Yûnus: 101)

Rabb Kami adalah (Rabb) yang telah memberikan kepada sesuatu bentuk kejadiannya, kemudian Dia memberinya petunjuk. **(QS. Thâhâ: 50)**

Seorang penyair mengatakan,

Dalam bentangan angkasa yang aku membaca,

banyak gambaran yang tidak aku baca dalam buku.

Saya membaca matahari yang bersinar, bintang-bintang yang gemerlap, sungai ... parit-parit ... gunung-gunung ... pepohonan ... buah-buahan ... cahaya ... udara ... air.

Maka Maha Suci Allah, Pencipta Yang Paling Baik.
(QS. Al-Mu` minûn: 14)

Dalam segala sesuatu itu ada bukti

yang menunjukkan bahwa Dia itu Maha Esa.

Elia Abu Madhi berkata,

Wahai pengeluh, yang mengeluh bukan karena sakit

bagaimana jadinya engkau bila engkau harus sakit.

Tidakkah kau lihat duri di bunga mawar dan kau menutup mata,

atau tetesan air di atasnya, tidakkah kau merindukannya?

Orang yang jiwanya tidak indah

tidak akan bisa melihat keindahan di alam semesta.

"Apakah mereka tidak memperhatikan bagaimana unta diciptakan?"

Albert Einstein (pakar fisika yang dikenal jenius) pernah mengatakan bahwa siapapun yang memperhatikan alam semesta dengan seksama, akan tahu bahwa yang menciptakannya adalah Dzat Yang Maha Bijak, dan dengan perhitungan:

Yang menciptakan segala sesuatu yang Dia ciptakan sebaik-baiknya.
(QS. As-Sajdah: 7)

Kami tidak menciptakan keduanya kecuali dengan haq.
(QS. Ad-Dukhân: 39)

Maka apakah kamu mengira, bahwa sesungguhnya Kami menciptakan kamu secara main-main (saja). **(QS. Al-Mu` minûn: 115)**

Ayat di atas mengandung pengertian bahwa semua penciptaan dilakukan dengan perhitungan yang cermat, dengan hikmah, dengan kerapian, dan dengan keteraturan. Siapapun yang melihat alam semesta ini akan tahu bahwa di sana ada *Rabb* Yang Maha Kuasa yang melakukan segala sesuatu dengan tidak main-main. Dia Maha Agung dan Maha Mulia.

Kemudian Allah berfirman,

Matahari dan bulan (beredar) menurut perhitungan.
(QS. Ar-Rahmân: 5)

Tidaklah mungkin bagi matahari mendapatkan bulan dan malam pun mendahului siang. **(QS. Yâsîn: 40)**

Ketamakan Tidak Akan Membahagiakan

Rasulullah bersabda, *"Tak satu pun jiwa akan mati hingga rezeki dan ajalnya disempurnakan."* Lalu mengapa harus ada rasa takut? Keluh kesah? Mengapa harus ada ketamakan, jika semua telah ditakdirkan dan ditentukan?

Dan, segala sesuatu pada sisi-Nya ada ukurannya. **(QS. Ar-Ra'd: 8)**

Dan, adalah ketetapan Allah itu suatu ketetapan yang pasti berlaku.
(QS. Al-Ahzâb: 38)

Musibah Itu Menghapuskan Dosa-dosa

Diceritakan bahwa penyair Ibnul-Mu'tazz pernah berkata, "Demi Allah, alangkah pasnya tunggangan al-Mutawakkil *'Alallâh*, dan alangkah cepatnya al-Watsiq *Billâh* kembali."

Rasulullah bersabda, *"Tidaklah seorang mukmin ditimpa sebuah kesedihan, nestapa, bencana, derita, penyakit, hingga duri yang mengenai dirinya, kecuali Allah, dengannya, akan mengampuni kesalahan-kesalahannya."* Tentu saja ini bagi orang yang bersabar, yang mengharapkan ridha Allah, yang ber-*inabah*, dan sadar bahwa dirinya sedang berhadapan dengan Yang Maha Tunggal dan Maha Pemberi.

Al-Mutanabbi dalam bait-bait syairnya yang penuh hikmah memberikan dorongan kuat untuk berlapang dada kepada hamba:

Janganlah kau baringkan punggungmu kecuali dengan senang hati,

selama ruh masih bersarang dalam badanmu

Tak ada kebahagiaan abadi dengan apa yang kau bahagiakan

dan kesedihan tidak akan mengembalikan apa yang telah tiada.

(Kami jelaskan yang demikian itu) supaya kamu jangan berduka cita terhadap apa yang luput darimu dan supaya kamu jangan terlalu gembira terhadap apa yang diberikan-Nya kepadamu. **(QS. Al-Hadîd: 23)**

"Hasbunallâh wa ni'mal wakîl"

"Hasbunallâh wa nikmal wakîl", diucapkan oleh Ibrahim tatkala dia dilemparkan ke dalam api, sehingga api itu tiba-tiba menjadi dingin dan tidak menghancurkan Ibrahim. *"Hasbunallâh wa nikmal wakîl,"* juga diucapkan oleh Nabi Muhammad saat perang Uhud, kemudian Allah pun menolongnya.

Tatkala Ibrahim diletakkan di *manjaniq,* Jibril bertanya kepadanya, "Apakah engkau butuh kepadaku?" Ibrahim menjawab, "Kalau kepadamu [aku] tidak [butuh], tapi kalau kepada Allah, ya."

Laut itu bersifat menenggelamkan, dan api bersifat membakar. Namun air laut itu bisa menjadi kering, dan api bisa menjadi dingin, disebabkan: *"Hasbunallâh wa nikmal wakîl".*

Musa melihat lautan di depan matanya dan musuh mengejar di belakangnya. Maka ia pun berkata:

Sekali-kali tidak akan tersusul; sesungguhnya Rabb-ku besertaku, kelak Dia akan memberi petunjuk kepadaku. **(QS. Asy-Syu'arâ` : 62)**

Dan, ia pun, dengan seizin Allah, selamat.

Disebutkan di dalam Sirah Rasulullah bahwa tatkala dia masuk gua (Hira') Allah kemudian menundukkan merpati supaya membuat sarangnya dan laba-laba merajut rumahnya di mulut gua. Sehingga orang-orang musyrik berkeyakinan bahwa Muhammad tidak mungkin masuk ke dalam gua ini.

Mereka mengira merpati tidak membuat sarangnya

dan laba-laba merajut rumahnya untuk sebaik-baik makhluk-Nya

Perlindungan Allah tak membutuhkan tameng-tameng pelindung,

tidak pula benteng yang tinggi menjulang.

Ketika hamba menyadari bahwa semua ini adalah perlindungan *rabbani* tentunya ia juga akan menyadari bahwa di sana ada *Rabb* Yang Maha Kuasa, Maha Penolong, Pelindung dan Maha Pengasih. Dan, saat itulah ia bergantung kepada-Nya.

Syauqi berkata dalam sebuah syairnya,

Jika pertolongan Allah telah menatapkan matanya

tidurlah, karena semua akan aman adanya.

Maka sesungguhnya kamu berada dalam penglihatan Kami.

(QS. Ath-Thûr: 48)

Maka, Allah adalah sebaik-baik penjaga dan Dia adalah Maha Penyayang di antara para penyayang. **(QS. Yûsuf: 65)**

Ramuan Kebahagiaan

Dalam sebuah hadits yang diriwayatkan oleh at-Tirmidziy Rasulullah bersabda, *"Barangsiapa tidur dengan tenang di tempat tidurnya, sehat badannya, memiliki jatah makanan untuk hari itu, maka seakan-akan dia telah mendapatkan dunia dan semua kenikmatannya."*

Maksud hadits di atas adalah bahwa jika seseorang telah mendapatkan makanan yang cukup dan tempat berlindung yang aman, maka dia telah mendapatkan kebahagiaan yang sempurna dan kebaikan yang terindah. Ini terjadi pada kebanyakan orang. Namun mereka tidak pernah menyebutnya, melihatnya dan merasakannya sebagai kebahagiaan dan kebaikan.

Allah berfirman kepada Rasul-Nya,

Dan, telah Aku sempurnakan nikmat-Ku kepadamu.

(QS. Al-Mâ` idah: 3)

Nikmat apa yang diberikan kepada Rasulullah secara sempurna? Apakah nikmat itu berupa materi? Apakah itu makanan yang melimpah? Apakah istana-istana, emas dan perak? Tentu tidak. Rasulullah tidak memiliki semua itu.

Kenyataannya Rasulullah yang agung ini masih tidur di sebuah kamar yang beralaskan tanah dan beratapkan pelepah kurma. Dia mengikat perut-

nya dengan dua buah batu untuk menahan rasa laparnya, dan hanya beralaskan tikar yang terbuat dari pelepah kurma yang membekas di belikatnya. Dia menggadaikan pakaian perangnya kepada seorang Yahudi dengan harga tiga puluh *sha'* gandum. Dia berkeliling selama tiga hari untuk mendapatkan kurma yang paling jelek untuk dimakan dan untuk sekadar menutup rasa lapar, namun tidak mendapatkannya.

Kau meninggal, dan baju perangmu digadaikan dengan gandum

dan barang (gadaian)mu tetap tak tertebus hingga ajal menjelang.

Dalam dirimu ada makna keyatiman yang menghiasi,

dan engkau pun bergelar bapak orang-orang yatim.

Dan, sesungguhnya hari akhir itu lebih baik bagimu dari permulaan. Dan kelak Rabb-mu pasti memberikan karunia-Nya kepadamu, lalu (hati) kamu menjadi puas. **(QS. Adh-Duhâ: 4-5)**

Sesungguhnya, telah Kami berikan kepadamu sebuah sungai di surga. **(QS. Al-Kautsar: 1)**

Beban Berat Sebagai Konsekuensi Status

Di antara tuntutan kehidupan dunia yang melelahkan adalah kedudukan. Ibnul Wardi mengatakan,

Beban berat karena kedudukan telah melemahkan kesabaranku.

Wahai deritaku, semuanya karena interaksi dengan semua kerendahan.

Maksud bait syair ini adalah bahwa konsekuensi dari kedudukan itu sangat mahal, dan dapat menurunkan kesehatan. Hanya sedikit orang yang mampu membayar ketentuan pajak sehari-harinya; mulai dari keringatnya, darahnya, nama baiknya, waktu istirahatnya, kehormatannya, sampai harga dirinya.

Sabda Rasulullah, "*Janganlah engkau menuntut kekuasaan.*" Sabdanya yang lain berbunyi, "*Alangkah bahagianya orang yang menyusui, dan alangkah sengsaranya orang yang menyusu.*"

Allah berfirman,

Telah hilang kekuasaanku dariku. **(QS. Al-Hâqqah: 29)**

Seorang penyair berkata,

Biarkanlah dunia datang menemuimu dengan sendirinya,

bukankah ujung dunia adalah kebinasaan.

Bayangkan bahwa dunia ini datang dengan segala sesuatunya. Selanjutnya, akan ke mana perginya? Pasti, menuju ujung kefanaan:

> *Dan, tetap kekal Wajah Rabb-mu yang mempunyai kebenaran dan kemuliaan.* **(QS. Ar-Rahmân: 27)**

Seorang yang salih pernah berkata kepada anaknya, "Janganlah Anda menjadi kepala (pemimpin) sebab kepala banyak menahan rasa nyeri."

Maksud dari ucapan seorang yang salih itu ialah bahwa jangan terlalu senang untuk menonjolkan diri dan ingin menjadi pemimpin. Sebab kritikan, umpatan, pelecehan, dan serangan itu sasarannya tak lain hanyalah orang-orang yang berada di barisan paling depan.

Separuh manusia adalah musuh bagi orang

yang memegang kendali kekuasaan jika dia adil.

Mari Kita Menuju Shalat

> *Wahai orang-orang yang beriman, mintalah pertolongan (kepada Allah) dengan sabar dan shalat. Sesungguhnya Allah beserta orang-orang yang sabar.* **(QS. Al-Baqarah: 153)**

Jika Rasulullah ditimpa sebuah ketakutan, maka dia akan segera melakukan shalat. Pernah dia berkata kepada Bilal, "*Wahai Bilal, tentramkan [hati] kita dengan shalat!* Pada kali yang lain beliau bersabda, "*Ketenanganku ada pada shalat.*"

Jika hati terasa menyesak, masalah yang dihadapi terasa sangat rumit, dan tipu muslihat sangat banyak, maka bersegaralah datang ke tempat shalat, dan shalatlah.

Jika hari-hari menjadi gelap gulita, malam-malam mencekam, dan kawan-kawan berpaling, maka lakukanlah shalat.

Dalam berbagai urusan yang sangat penting Rasulullah selalu melapangkan hatinya dengan melakukan shalat. Misalnya, pada saat perang Badar, Ahzab (Khandaq), dan kesempatan-kesempatan yang lain. Diriwayatkan dari al-Hafizh ibn Hajar penulis *Fathul Bâri,* bahwa suatu hari dia pergi ke sebuah benteng di Mesir. Di tengah jalan, dia dikepung oleh

segerombolan pencuri. Seketika itu juga ia berdiri untuk melakukan shalat. Dan, Allah pun memberikan jalan keluar kepadanya.

Ibn 'Asakir dan Ibn Qayyim al-Jauziyah bercerita bahwa seorang laki-laki salih pernah bertemu dengan seorang perampok di salah satu jalan di Syam. Perampok itu telah bersiap-siap untuk membunuhnya. Laki-laki tersebut meminta waktu kepada si perampok untuk melakukan shalat dua rakaat. Maka, berdirilah ia dan mulai melakukan shalat. Di saat itu ia teringat firman Allah yang berbunyi: *"Atau siapakah yang memperkenankan (doa) orang yang dalam kesulitan bila dia berdoa kepada-Nya."* Dia membacanya tiga kali. Maka, turunlah malaikat dari langit membawa pedang, dan dengan pedang itu ia membunuh perampok tersebut. Malaikat itu berkata, "Aku adalah utusan Dzat Yang Memperkenankan doa orang yang dalam kesulitan."

Pada ayat-ayat yang lain Allah berfirman,

> *Dan, perintahkanlah kepada keluargamu mendirikan shalat dan bersabarlah kamu dalam mengerjakannya.* **(QS. Thâhâ: 132)**

> *Sesungguhnya shalat itu mencegah dari (perbuatan-perbuatan) keji dan mungkar.* **(QS. Al-'Ankabût: 45)**

> *Sesungguhnya shalat itu adalah kewajiban yang ditentukan waktunya atas orang-orang yang beriman.* **(QS. An-Nisâ`: 103)**

Di antara hal-hal yang mampu menciptakan kelapangan di dalam dada dan menghilangkan keresahan dan kesuntukan adalah mengucapkan *shalawat* kepada Rasulullah.

> *Wahai orang-orang yang beriman, bershalawatlah kamu untuk Nabi dan ucapkanlah salam penghormatan kepadanya.* **(QS. Al-Ahzâb: 56)**

Sebuah riwayat sahih dari at-Tirmidzi menyebutkan bahwa Ubay ibn Ka'ab pernah bertanya, *"Wahai Rasulullah, berapa banyak saya harus mengucapkan shalawat untukmu?"*

Rasulullah menjawab, "Sesukamu!"

Ka'ab bertanya lagi, "Apakah seperempat?"

Rasulullah menjawab, "Sekehendakmu. Dan jika engkau tambahkan maka itu lebih baik."

Ubay bertanya lagi, "Dua pertiga?"

Rasulullah menjawab, "Terserah engkaulah. Dan jika engkau tambahkan, maka itu akan lebih baik."

Ubay bertanya, *"Apakah shalawatku untukmu seluruhnya?"* Rasulullah menjawab, *"Karena itu dosamu akan diampuni dan kesedihanmu akan dihilangkan."*

Ada dua dalil yang menguatkan bahwa rasa sedih dan duka itu bisa hilang hanya dengan mengucapkan *shalawat* dan salam kepada Rasulullah.

Yang pertama: *"Barangsiapa yang membaca shalawat untukku sekali, maka Allah akan membalas dengan sepuluh shalawat baginya."*

Yang kedua: *"Perbanyaklah membaca shalawat padaku pada malam Jum'at dan hari Jum'at, sebab shalawat kalian diperlihatkan kepadaku."*

Para sahabat bertanya, "Bagaimana shalawat itu akan diperlihatkan kepadamu sementara engkau telah menjadi tulang belulang?" Rasulullah menjawab, *"Sesungguhnya Allah mengharamkan [cacing-cacing] bumi untuk memakan jasad para Nabi."* Orang-orang yang mencontohnya dan mengikuti cahaya yang diturunkan kepadanya, akan memiliki bagian dari ketenangan jiwa, ketinggian nilai, dan kehormatan dirinya.

Ibnu Taimiyyah berkata, "Shalawat yang paling sempurna untuk Rasulullah adalah *shalawat Ibrahimiyah:*

اللّٰهُمَّ صَلِّ عَلَيَ مُحَمَّدٍ وَعَلَيَ آلِ مُحَمَّدٍ كَمَا صَلَّيْتَ عَلَيَ إِبْرَاهِيْمَ
وَعَلَيَ آلِ إِبْرَاهِيْمَ، وَبَارِكْ عَلَيَ مُحَمَّدٍ وَعَلَيَ آلِ مُحَمَّدٍ كَمَا بَارَكْتَ
عَلَيَ إِبْرَاهِيْمَ وَعَلَيَ آلِ إِبْرَاهِيْمَ فِي الْعَالَمِيْنَ إِنَّكَ حَمِيْدٌ مَجِيْدٌ

"Ya Allah limpahkanlah shalawat-Mu atas Muhammad dan keluarganya sebagaimana Engkau telah melimpahkannya atas Ibrahim dan keluarganya. Ya Allah berikanlah berkah-Mu atas Muhammad dan keluarganya sebagaimana Engkau telah melimpahkannya atas Ibrahim dan keluarganya. Sesungguhnya Engkau Maha Terpuji dan Terhormat."

Seorang penyair mengatakan,

Saat mencintaimu, kami lupa semua yang berharga,

kau bagi kami adalah yang paling berharga.

Kami dicela karena mencintamu,

dan cukuplah kemuliaan saat kami dicela karena mencintaimu.

Sedekah Membuat Hati Menjadi Lapang

Melakukan kebaikan, termasuk dalam hal-hal yang dapat mendatangkan kebahagiaan dan menghilangkan keresahan. Melakukan kebaikan di sini bisa berupa sedekah, berbuat baik, dan memberikan sesuatu yang baik kepada sesama. Semua ini merupakan satu dari sekian banyak hal yang mampu menciptakan kedamaian di dalam dada.

Wahai orang-orang yang beriman, belanjakanlah (di jalan Allah) sebagian dari rezeki yang telah Kami berikan kepadamu. **(QS. Al-Baqarah: 254)**

Laki-laki dan perempuan yang bersedekah. **(QS. Al-Ahzâb: 35)**

Rasulullah menggambarkan orang yang kikir dan orang yang dermawan itu dengan dua orang yang masing-masing memiliki jubah. Orang yang dermawan terus-menerus memberi dan menginfakkan hartanya, sehingga jubah yang dia pakai terus melebar. Demikian pula dengan baju perangnya yang terbuat dari besi, sehingga bekas-bekas telapak kakinya terhapus. Sementara itu, orang yang kikir terlalu kuat memegang hartanya dan semakin hari semakin berkurang sehingga menjepitnya dan semakin menyempit hingga jiwanya tersendat.

Dan, perumpamaan orang-orang yang membelanjakan hartanya karena mencari keridhaan Allah dan untuk keteguhan jiwa mereka, seperti sebuah kebun yang terletak di dataran tinggi yang disiram oleh hujan lebat, maka kebun itu menghasilkan buahnya dua kali lipat. Jika hujan lebat tidak menyiraminya, maka hujan gerimis (pun memadai). Dan Allah Maha Melihat apa yang kamu perbuat. **(QS. Al-Baqarah: 265)**

Dan, janganlah kamu jadikan tanganmu terbelenggu pada lehermu. **(QS. Al-Isrâ` : 29)**

Belenggu yang mengikat jiwa adalah bagian dari belenggu yang mengikat tangan. Orang-orang kikir adalah orang yang paling sesak dadanya dan sempit akhlaknya. Mereka adalah orang-orang yang kikir atas karunia Allah. Seandainya mereka sadar bahwa apa yang mereka berikan kepada orang lain akan mendatangkan kebahagiaan, niscaya mereka akan berebut untuk melakukan kebaikan ini.

Jika kamu meminjamkan kepada Allah pinjaman yang baik, niscaya Allah akan melipatgandakan (pembalasannya) kepada kamu dan mengampuni kamu. **(QS. At-Taghâbun: 17)**

Allah juga berfirman:

Dan, siapa yang dipelihara dari kekikiran dirinya, mereka itulah orang-orang yang beruntung. **(QS. Al-Hasyr: 9)**

Dan, mereka menafkahkan sebagian rezeki yang Kami anugerahkan. **(QS. Al-Baqarah: 3)**

Allah telah memberikan anugerah kepadamu maka keluarkanlah anugerah-Nya.

Harta itu akan sirna dan umur akan berakhir pula.

Harta itu laksana air, jika kau simpan akan bau,

dan jika kau alirkan akan senantiasa segar.

Demi Dzat Yang Mengetahui yang gaib,

dan Yang Menghidupkan tulang-belulang yang berantakan.

Aku telah mengikat perutku,

padahal aku sangat ingin pada makanan itu,

khawatir suatu saat aku dipanggil orang kikir

Orang dermawan yang dimaksud adalah memerintahkan kepada istrinya untuk menyuruh seseorang untuk mengundang tamu-tamu dan menunggu sampai si pesuruh itu datang serta makan bersama-sama dengannya, hingga hubungannya dengan mereka menjadi lebih akrab. Semua itu dilakukannya agar dadanya menjadi lapang. Kata dia kepada istrinya,

"Jika membuat makanan, carilah orang yang ingin makan.

Aku tidak mungkin makan sendiri."

Dia berkata kepadanya menjelaskan falsafah hidupnya yang cukup jelas itu, satu perbandingan yang sangat terbuka,

"Perlihatkan kepadaku seorang dermawan yang mati

sebelum waktunya agar hatiku tenang, atau seorang kikir yang kekal abadi."

Apakah menimbun harta akan membuat si penimbunnya menjadi kekal? Apakah menginfakkannya akan mendekatkannya kepada ajalnya? Tidak. Semua itu tidak benar.

Jangan Marah!

Dan, jika kamu ditimpa sesuatu godaan setan, maka berlindunglah kepada Allah. Sesungguhnya, Allah Maha Mendengar lagi Maha Mengetahui.

(QS. Al-A'râf: 200)

Rasulullah mewasiatkan kepada para sahabatnya dengan mengatakan: *"Jangan marah, jangan marah, jangan marah."*

Ada seorang lelaki yang marah-marah di hadapan Rasulullah. Lalu, Rasulullah memerintahkannya untuk berlindung kepada Allah dari godaan setan.

Dan, aku berlindung (pula) kepada Engkau ya Rabb-ku, dari kedatangan mereka kepadaku. **(QS. Al-Mu` minûn: 98)**

Sesungguhnya orang-orang yang bertakwa bila mereka ditimpa was-was dari setan, mereka ingat kepada Allah, maka ketika itu juga mereka melihat kesalahan-kesalahannya. **(QS. Al-A'râf: 201)**

Ada hal-hal yang dapat menimbulkan keresahan, kesedihan, emosi, dan amarah di dalam hati, yang obatnya ada pada diri Rasulullah.

Pertama: Melawan watak pemarah.

Dan, orang-orang yang menahan amarahnya. **(QS. Ali 'Imrân: 134)**

Dan, apabila mereka marah mereka memberi ampun.

(QS. Asy-Syûra: 37)

Kedua: Berwudhu. Marah adalah bara api, dan api hanya bisa dipadamkan oleh air. Rasulullah bersabda, *"Kebersihan adalah sebagian dari iman."* Juga sabdanya, *"Wudhu' itu senjata orang mukmin."*

Ketiga: Jika seseorang marah dalam keadaan berdiri maka hendaklah dia duduk, dan jika duduk maka hendaklah berbaring.

Keempat: Diam dan jangan berbicara saat sedang marah.

Kelima: Mengingat-ingat pahala orang yang menahan amarahnya, yang memberikan maaf kepada sesama, dan yang bersikap toleran.

Wirid Pagi

Dalam tema ini akan saya kutipkan sejumlah bacaan dzikir yang bisa dibaca setiap pagi agar Anda dapat meraih kebahagiaan dan menjaga diri Anda dari kejahatan setan baik yang berbentuk manusia maupun jin. Dzikir-dzikir itu akan menjadi penjaga diri Anda sepanjang hari dari pagi hingga petang.

Di antara doa-doa itu adalah:

أَمْشَيْنَا وَأَمْسَى الْمُلْكُ لِلَّه وَالْحَمْدُ لِلَّه لاَ إِلَهَ إِلاَّ اللهُ وَحْدَهُ لاَ شَرِيكَ لَهُ لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيْرٌ رَبِّ أَسْأَلُكَ خَيْرَ مَا فِي هَذِهِ اللَّيْلَةِ وَخَيْرَ مَا بَعْدَهَا وَأَعُوْذُ بِكَ مِنْ شَرِّ مَا فِي هَذِهِ اللَّيْلَةِ وَشَرِّ مَا بَعْدَهَا رَبِّ أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْكَسَلِ وَسُوءِ الْكِبَرِ رَبِّ أَعُوذُ بِكَ مِنْ عَذَابٍ فِي النَّارِ وَعَذَابٍ فِي القَبْرِ

"Kami memasuki waktu malam dan semua kerajaan hanyalah milik Allah. Segala puji bagi Allah. Tidak ada Rabb selain Allah, tiada sekutu bagi-Nya. Milik-Nyalah semua kerajaan dan milik-Nyalah semua pujian. Dia Maha Kuasa atas segala sesuatu. Ya Rabb-ku, aku minta semua kebaikan yang ada di malam ini, dan kebaikan yang ada setelahnya. Aku berlindung pada-Mu dari semua kejahatan yang ada di malam ini dan kejahatan yang ada setelah malam ini. Wahai Rabb-ku, aku berlindung kepadamu dari rasa malas dan kejelekan masa pikun. Ya Rabb-ku, aku berlindung pada-Mu dari azab di neraka dan di kuburan."

اللَّهُمَّ عَالِمَ الْغَيْبِ وَالشَّهَادَةِ، فَاطِرَ السَّموَاتِ وَالْأَرْضِ، رَبَّ كُلِّ شَيْءٍ وَمَلِيْكَهُ، أَشْهَدُ أَنْ لاَ إِلَهَ إِلاَّ أَنْتَ، أَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ نَفْسِي وَشَرِّ الشَّيْطَانِ وَشِرْكِهِ، وَأَنْ أَقْتَرِفَ عَلَي نَفْسِي سُوءًا أَوْ أَجُرَّهُ إِلَي مُسْلِمٍ

"Ya Allah, Yang Maha Tahu semua yang gaib dan yang jelas. Pencipta langit dan bumi. Rabb segala sesuatu dan Pemilik segalanya. Saya bersaksi bahwa

tiada Rabb selain Engkau. Aku berlindung kepada-Mu dari kejahatan diriku sendiri dan kejahatan setan serta sekutu-sekutunya. Dan aku berlindung kepada-Mu untuk tidak berbuat jahat terhadap diriku sendiri dan tidak melakukan kejahatan kepada seorang muslim."

بِسْمِ اللهِ الَّذِي لاَ يَضُرُّ مَعَ اسْمِهِ شَيْءٌ فِي الْأَرْضِ وَلاَ فِي السَّمَاءِ، وَهُوَ السَّمِيْعُ الْعَلِيْمُ

"Dengan nama Allah yang tidak akan ada menimbulkan bahaya dengan menyebut nama-Nya apapun yang adi di bumi dan di langit. Dan Dia Maha Mendengar." Tiga kali.

اللَّهُمَّ إِنِّي أَصْبَحْتُ أُشْهِدُكَ وَأُشْهِدُ حَمَلَةَ عَرْشِكَ وَمَلاَئِكَتَكَ وَجَمِيْعَ خَلْقِكَ أَنَّكَ أَنْتَ اللهُ لاَ إِلَهَ إِلاَّ أَنْتَ، وَحْدَكَ لاَ شَرِيْكَ لَكَ، وَأَنَّ مُحَمَّدًا عَبْدُكَ وَرَسُولُكَ

"Ya Allah, aku (masih diberi umur panjang) pagi ini. Aku bersaksi pada-Mu, para pembawa Arasy dan malaikat, juga semua makhluk-Mu juga bersaksi bahwa Engkau adalah Allah, tiada Rabb selain Engkau. Yang tunggal dan tiada serikat bagi-Mu. Dan aku bersaksi bahwa Muhammad adalah hamba dan utusan-Mu." Empat kali.

اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ أَنْ أُشْرِكَ بِكَ شَيْئًا وَأَنَا أَعْلَمُ، وَأَسْتَغْفِرُكَ لِمَا لاَ أَعْلَمُ

"Ya Allah, aku berlindung kepada-Mu dari tindakan menyekutukan-Mu sedangkan aku mengetahui itu, dan meminta ampunan-Mu dari apa yang tidak aku ketahui." Baca tiga kali.

أَصْبَحْنَا عَلَي فِطْرَةِ الْإِسْلاَمِ وَعَلَي كَلِمَةِ الْإِخْلَصِ وَعَلَي دِيْنِ نَبِيِّنَا مُحَمَّدٍ وَعَلَي مِلَّةِ أَبِيْنَا إِبْرَاهِيْمَ حَنِيْفًا مُسْلِمًا وَمَا كَانَ مِنَ الْمُشْرِكِيْنَ

"Di pagi ini kita hidup dengan fitrah Islam, dengan kalimat ikhlas, di atas agama nabi kami Muhammad, di atas millat Ibrahim yang hanif dan muslim dan dia tidaklah termasuk orang-orang yang musyrik." Tiga kali.

سُبْحَانَكَ اللهُ وَبِحَمْدِهِ عَدَدَ خَلْقِهِ وَرِضَا نَفْسِهِ وَزِنَةَ عَرْشِهِ وَمِدَادَ كَلِمَاتِهِ

"Maha Suci Allah dengan segala puji-Nya, sejumlah makhluk-Nya, atas keridhaan Diri-Nya, hiasan Arays-Nya dan tinta kalimat-kalimat-Nya." Tiga kali.

رَضِيْتُ بِاللهِ رَبًّا وَبِالْإِسْلَامِ دِيْنًا وَبِمُحَمَّدٍ نَبِيًّا

"Aku rela Allah sebagai Rabb-ku, Islam sebagai agamaku, Muhammad sebagai nabiku." Tiga kali.

أَعُوذُ بِكَلِمَاتِ اللهِ التَّامَّةِ مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ

"Aku berlindung dengan kalimat Allah yang lengkap dan sempurna dari semua kejahatan yang Dia ciptakan." Tiga kali.

اللَّهُمَّ بِكَ أَصْبَحْنَا وَبِكَ أَمْسَيْنَا وَبِكَ نَحْيَا وَبِكَ نَمُوتُ وَإِلَيْكَ النُّشُورُ

"Ya Allah di pagi ini kami dengan-Mu, di sore ini kami dengan-Mu, dengan-Mu kami hidup, dengan-Mu kami mati dan kepada-Mu kami dikembalikan."

لاَ إِلَهَ إِلاَّ اللهُ وَحْدَهُ لاَ شَرِيْكَ لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ، وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيْرٌ

"Tiada Ilah selain Allah, yang Tunggal tidak ada sekutu bagi-Nya. Dialah Pemilik semua kerajaan dan semua pujian. Dia Maha Kuasa atas segala sesuatu." Seratus kali.

Rehat

Ibnul Qayyim al-Jauiziyah berkata, "Orang-orang yang mengenal Allah dengan baik sepakat bahwa ketika Anda sesat, maka Allah menyerahkan segalanya kepada Anda dan membiarkan apa yang terjadi antara Anda dengan jiwa Anda. Tapi ketika Anda benar, maka Allah akan selalu menuntun."

Dan, seorang hamba itu akan selalu berada di antara sesat dan benar. Bahkan, dalam satu jam seorang hamba bisa berada dalam kedua-duanya. Hamba yang taat kepada Allah dan membuat-Nya ridha, maka Allah pun berterima kasih kepada hamba dengan cara menurunkan pertolongan-Nya. Sebaliknya, hamba yang durhaka kepada-Nya dan menentang-Nya, maka Allah pun marah dan mengabaikannya dengan membiarkannya. Dengan demikian hamba itu akan selalu berada di antara dua titik tersebut.

Ketika seorang hamba itu mampu mencerna semua ini dan memberikan hak Allah sesuai porsinya, maka ia akan memahami betapa ia sangat membutuhkan pertolongan Allah dalam setiap hembusan nafas, setiap detik, dan setiap kerdipan mata. Ia juga akan memahami bahwa keimanan dan tauhidnya ada di tangan Allah. Seandainya Allah membiarkannya sekejap saja, maka singgasana tauhidnya akan roboh dan langit keimanannya akan runtuh menimpa bumi. Dia juga memahami bahwa dzat yang melindungi keimanannya adalah Dzat Yang Menjaga langit supaya tidak jatuh menimpa bumi, kecuali dengan seizin-Nya."

Al-Qur'an, Kitab yang Penuh Berkah

Membaca al-Qur'an dengan perenungan, pendalaman dan *tadabbur* merupakan satu dari sekian banyak sebab kebahagiaan dan kelapangan hati. Allah menyifati kitab-Nya ini sebagai petunjuk, cahaya dan penawar atas semua yang ada di dalam dada. Di samping itu, Allah juga menyifatinya sebagai rahmat.

Perhatikan firman Allah di bawah ini:

Hai manusia, sesungguhnya telah datang kepadamu pelajaran dari Rabb-mu dan penyembuh bagi penyakit-penyakit (yang berada) di dalam dada dan petunjuk serta rahmat bagi orang-orang yang beriman. **(QS. Yûnus: 57)**

Maka, apakah mereka tidak memperhatikan al-Quran ataukah hati mereka terkunci. **(QS. Muhammad: 24)**

Maka, apakah mereka tidak memperhatikan al-Quran? Kalau kiranya al-Quran itu bukan dari sisi Allah, tentulah mereka mendapat pertentangan yang banyak di dalamnya. **(QS. An-Nisâ` : 82)**

Ini adalah kitab yang Kami turunkan kepadamu dengan penuh berkah supaya mereka memperhatikan ayat-ayatnya dan supaya mendapat pelajaran orang-orang yang mempunyai pikiran. **(QS. Shâd: 29)**

Kalangan *ahlul ilmi* mengatakan, "Membacanya, mengamalkannya, menjadikannya sebagai sumber hukum, dan mengambil *istinbath* darinya sudah merupakan berkah."

Seorang yang salih berkata, "Aku pernah merasakan kesuntukan (yang hanya diketahui oleh Allah) dan dilanda keresahan yang membatu. Maka, segera aku mengambil *mushaf* al-Qur`an, dan membacanya. Tiba-tiba saja kesuntukan itu lenyap, dan Allah menggantikannya dengan kegembiraan dan keriangan."

Sesungguhnya Al-Quran ini memberikan petunjuk kepada (jalan) yang lebih lurus. **(QS. Al-Isrâ` : 9)**

Dengan kitab itu Allah menunjuki orang-orang yang mengikuti keridhaan-Nya ke jalan keselamatan. **(QS. Al-Mâ` idah: 16)**

Dan, demikianlah Kami wahyukan kepadamu wahyu (Al-Quran) dengan perintah Kami. **(QS. Asy-Syûra: 52)**

Jangan Berambisi Menjadi Terkenal!

Di antara hal-hal yang membuat hati kita bingung, yang mengganggu keteguhan dan ketenangannya adalah ambisi agar dikenal dan mendapat simpati orang lain.

Negeri akhirat itu, Kami jadikan untuk orang-orang yang tidak ingin menyombongkan diri dan berbuat kerusakan di (muka) bumi.

(QS. Al-Qashash: 83)

Oleh sebab itu, salah seorang penyair mengatakan yang sebaliknya,

"Orang yang berhasil menaklukkan jiwanya

adalah orang yang telah menghidupkannya dan menjadikannya tenang,

dia akan tidur dengan nyenyak.

Toh, kalaupun angin itu berhembus semakin kencang,

maka yang diterpanya tetap bagian pepohonan yang tertinggi, bukan?"

"Barangsiapa berlaku riya', maka Allah akan bersikap riya' kepadanya, dan barangsiapa menginginkan kemasyhuran maka Allah pun akan memamerkan kemasyhuran-Nya kepadanya." **(Al-Hadîts)**

Allah berfirman,

Mereka bermaksud riya' (dengan shalat) di hadapan manusia.
(QS. An-Nisâ` : 142)

Dan, mereka suka supaya dipuji terhadap perbuatan yang belum mereka kerjakan. **(QS. Ali 'Imrân: 188)**

Dan, janganlah kamu menjadi seperti orang-orang yang keluar dari kampungnya dengan rasa angkuh dan dengan maksud riya' kepada manusia.
(QS. Al-Anfâl: 47)

Seorang penyair mengatakan,

Pakaian riya' menggambarkan apa yang di baliknya

jika memakainya, sebenarnya engkau sedang telanjang.

Kehidupan nan Indah

Sebuah kepastian bahwa sebab paling besar untuk dapat meraih kebahagiaan adalah keimanan kepada Allah *Rabb* alam semesta. Dan, selain keimanan, karena tidak dapat dijadikan pedoman hidup, maka tidak akan berguna.

Pokok utamanya adalah keimanan kepada Allah sebagai *Rabb*, Muhammad sebagai Nabi, dan Islam sebagai agama.

Muhammad Iqbal, penyair asal Pakistan itu, mengatakan,

Orang kafir itu bingung

dan pikirannya adalah tempat yang membingungkan,

sedangkan orang mukmin itu adalah makhluk

di mana kebingungan tunduk kepadanya.

Yang lebih agung dan lebih benar dari syair di atas adalah firman Allah,

Barangsiapa yang mengerjakan amal salih baik laki-laki maupun perempuan dalam keadaan beriman, maka sesungguhnya akan Kami berikan kepadanya kehidupan yang baik dan sesungguhnya akan Kami beri balasan kepada mereka dengan pahala yang lebih baik dari apa yang telah mereka kerjakan.
(QS. An-Nahl: 97)

Dalam ayat berikut dijelaskan syarat-syarat untuk mencapai kehidupan yang baik: beriman kepada Allah dan beramal salih.

Sesungguhnya orang-orang yang beriman dan melakukan amal salih, kelak Allah Yang Maha Pemurah akan menanamkan dalam (hati) mereka rasa kasih sayang. **(QS. Maryam: 96)**

Sedangkan ayat di bawah ini menjelaskan dua faedah dari kehidupan yang baik itu: kehidupan yang baik di dunia serta di akhirat, dan pahala yang besar di sisi Allah.

Bagi mereka berita gembira di dalam kehidupan di dunia dan (dalam kehidupan) akhirat. **(QS. Yûnus: 64)**

Cobaan Itu untuk Kebaikan

Jangan resah dengan musibah-musibah yang menimpa diri Anda dan jangan mengeluh dengan kegetiran-kegetiran yang datang bertubi-tubi. Dalam hadits disebutkan, *"Sesungguhnya Allah jika mencintai suatu kaum, maka Dia akan mendatangkan cobaan kepada mereka. Dan barangsiapa rela dengan ujian itu, maka dia akan memperoleh kerelaan-Nya. Dan barangsiapa membencinya maka dia akan memperoleh kebencian-Nya."*

Ibadah yang Penuh Dengan Kepasrahan Diri

Salah satu konsekuensi iman kepada Allah adalah rela terhadap *qadar*, yang baik maupun yang jelek.

Dan, sungguh akan Kami berikan cobaan kepadamu, dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. Dan berikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar. **(QS. Al-Baqarah: 155)**

Qadar itu tidak selalu sesuai dengan keinginan kita. Namun dengan segala keterbatasan yang ada, kita tidak bisa memahami mengapa *qadha'* dan *qadar* harus seperti itu. Dengan demikian, kita tidak dalam posisi untuk mengajukan alternatif, namun kita dalam posisi beribadah dengan segala kepasrahan diri.

Ujian yang diberlakukan terhadap seorang hamba bergantung pada kadar keimanannya. Sabda Rasulullah, *"Saya ditimpa penyakit panas sebagai-*

mana dua orang di antara kalian ditimpa penyakit panas." Dan, sabda beliau yang lain, *"Orang yang paling berat cobaannya adalah para Nabi, kemudian orang-orang salih."*

Allah berfirman,

> *Maka bersabarlah kamu sebagaimana orang-orang yang mempunyai keteguhan hati dari Rasul-rasul.* **(QS. Al-Ahqâf: 35)**

> *"Barangsiapa yang Allah menghendaki kebaikan padanya, maka dia akan diuji."* **(Al-Hadîts)**

> *Dan, sesungguhnya Kami benar-benar akan menguji kamu agar Kami mengetahui orang-orang yang berjihad dan bersabar di antara kamu; dan agar Kami menyatakan (baik buruknya) hal ihwalmu.* **(QS. Muhammad: 31)**

> *Dan, sesungguhnya Kami telah menguji orang-orang yang sebelum mereka.* **(QS. Al-'Ankabût: 3)**

Dari Penguasa Menjadi Tukang Kayu

Ali ibn al-Makmun al-Abbasi (seorang penguasa anak Khalifah al-Makmun) tinggal di sebuah istana yang megah. Semua kebutuhan dunianya dia dapatkan dengan mudah. Suatu hari dia melongok ke arah luar dari balkon istana. Dia melihat seorang yang bekerja keras sepanjang hari. Menjelang siang dia berwudhu dan melakukan shalat dua rakaat di pinggiran sungai Tigris. Saat Maghrib tiba dia pulang kepada keluarganya.

Suatu hari sang pangeran memanggil orang itu dan menanyakan kondisi yang sebenarnya. Orang itupun menjawab bahwa dia memiliki seorang istri, dua saudara perempuan, dan seorang ibu yang harus ditanggung biaya hidupnya. Dia tidak memiliki makanan maupun pemasukan, kecuali dari apa yang dia dapatkan dari pasar. Dia juga berpuasa setiap hari dan berbuka setiap menjelang maghrib dari apa yang dia dapatkan.

Sang pangeran bertanya, "Apakah engkau mengeluhkan apa yang engkau alami ini?"

Jawab lelaki itu, "Tidak. Segala puji bagi Allah *Rabb* semesta alam."

Saat itu juga pangeran Ali meninggalkan istana, jabatan, dan kekuasaannya. Dia pergi menuruti langkah kakinya, dan ditemukan telah

meninggal beberapa tahun setelah itu. Dia telah berubah menjadi seorang tukang kayu yang bekerja di wilayah Khurasan. Dia memilih pekerjaan itu karena dia mendapatkan kebahagiaan dalam pekerjaannya itu, yang tidak dia dapatkan di dalam istana.

(Dan, orang-orang yang mendapat petunjuk Allah menambah petunjuk kepada mereka dan memberikan kepada mereka (balasan) ketakwaannya.
(QS. Muhammad: 17)

Kisah ini mengingatkan saya kepada *Ashâbul Kahfi* yang berada di dalam istana bersama seorang raja. Namun mereka tertekan, bingung, dan terganggu, karena kekufuran telah menjangkiti istana. Akhirnya, mereka pun memutuskan untuk pergi meninggalkan istana. Salah seorang dari mereka berkata,

Maka, carilah tempat berlindung ke dalam gua itu niscaya Rabb-mu akan melimpahkan sebagian rahmat-Nya dan menyediakan sesuatu yang berguna bagimu dalam urusan kamu. **(QS. Al-Kahfi: 16)**

Sungguh rumah yang diterpa angin lebih indah bagiku,

daripada istana yang demikian megah.

Lubang jarum ketika bersama teman-teman tercinta

akan terasa seperti medan nan luas.

Artinya, tempat yang sempit namun di dalamnya ada cinta, iman, dan kasih sayang akan terasa luas dan akan mampu memuat banyak orang: *Mangkuk besar kami terhadap tamu-tamu menjadi demikian lebar.*

Di Antara Sebab yang Mengeruhkan Kedamaian Adalah Bergaul Dengan Orang-orang Dungu

Ahmad mengatakan bahwa orang-orang yang dungu (*tsuqala'*) di sini adalah orang-orang yang suka membuat *bid'ah*. Ada yang mengatakan bahwa *tsuqala'* di sini berarti orang-orang yang bodoh. Dan, ada pula yang mengatakan bahwa makna *tsaqil* adalah orang yang memiliki tabiat kasar, memiliki kecenderungan menyimpang, dan dingin dalam tingkah laku.

Mereka seakan-akan kayu yang tersandar. **(QS. Al-Munâfiqûn: 4)**

Hampir-hampir tidak memahami pembicaraan sedikit pun.
(QS. An-Nisâ` : 78)

Sedangkan menurut asy-Syafi'i, "Orang yang dungu itu duduk di sekitar saya, dan saya merasa tanah tempat yang ia injak miring."

Ketika al-A'masy melihat orang yang dungu maka ia pun membaca:

Ya Rabb kami, lenyapkanlah dari kami azab itu sesungguhnya kami akan beriman. **(QS. Ad-Dukhân: 12)**

Tak mengapa atas sebuah kaum dari panjang dan pendek

jasad bighal dan mimpi-mimpi burung.

Bila Ibnu Taimiyyah harus bercampur dengan orang-orang dungu maka ia berkata, "Duduk dengan orang-orang dungu adalah demam yang datang di hari keempat."

Dan, jika kamu melihat orang-orang yang memperolok-olokkan ayat-ayat Kami, maka tinggalkanlah mereka. **(QS. Al-An'âm: 68)**

Maka janganlah kamu duduk beserta mereka. **(QS. An-Nisâ` : 140)**

Rasulullah bersabda, *"Perumpamaan teman yang bermoral jahat adalah seperti peniup ubupan."*

Di antara orang yang paling tidak bisa diajak bicara dari hati ke hati adalah orang yang tidak mempunyai nilai-nilai keutamaan, tidak mempunyai tujuan-tujuan yang jauh ke depan, yang selalu memperturutkan keinginan nafsunya, dan yang tunduk kepada kesenangannya.

Maka, janganlah kamu duduk beserta mereka, sehingga mereka memasuki pembicaraan yang lain. Karena sesungguhnya (kalau kamu berbuat demikian) tentulah kamu serupa dengan mereka. **(QS. An-Nisâ` : 140)**

Seorang penyair berkata,

"Engkau, orang dungu, orang dungu, orang dungu,

penampilanmu adalah manusia, tapi nilaimu gajah."

Ibnu Qayyim al-Jauziyah berkata, "Jika Anda diuji dengan orang dungu, maka serahkan jasadmu dan pergilah bersama ruhmu, jauhi dan pergi, pasang telinga tuli dan mata buta, hingga Allah memberikan jarak antara dirimu dengan dirinya.

Dan, janganlah kamu mengikuti orang yang hatinya telah Kami lalaikan dari mengingat Kami, serta menuruti hawa nafsunya dan adalah keadaannya itu melewati batas. **(QS. Al-Kahfi: 28)**

Kepada Mereka yang Ditimpa Musibah

Dalam sebuah hadits *qudsi* disebutkan: *"Barangsiapa yang Aku ambil orang yang dicintainya dari penduduk dunia kemudian dia [bersabar sambil] mengharapkan pahala [dari-Ku], maka Aku akan menggantinya dengan surga."* **(HR. Bukhari)**

Dalam hidupmu aku banyak mengambil pelajaran,

sekarang kau lebih sadar dari saat masih hidup.

Dalam hadits *qudsi* yang lain disebutkan: *"Barangsiapa Aku uji dengan [dicabut] kedua kekasihnya (kedua matanya) maka akan Aku ganti keduanya dengan surga."*

Karena sesungguhnya bukanlah mata itu yang buta, tetapi yang buta itu, ialah hati yang di dalam dada. **(QS. Al-Hajj: 46)**

Dalam sebuah hadits qudsi yang lain Rasulullah bersabda, *"Sesungguhnya jika Allah mencabut anak seorang hamba yang beriman maka Allah bertanya kepada para malaikat [yang mencabutnya], "Kalian telah mencabut nyawa anak hambaku yang beriman?" Malaikat-malaikat itu menjawab, "Ya." Allah bertanya lagi, "Kalian mencabut buah hatinya?" Mereka menjawab, "Ya." Allah bertanya lagi, "Apa yang dia katakan?" Mereka menjawab, "Dia memuji Engkau dan mengembalikan [semua urusannya untuk-Mu]." Allah bertanya, "Bangunkanlah untuk hamba-Ku sebuah rumah di surga dan namakan rumah itu dengan Baitul Hamd."* **(HR. Tirmidzi)**

Dalam sebuah *atsar* disebutkan: "Di Hari Kiamat kelak banyak orang membayangkan seandainya diri mereka pernah dicabik-cabik dengan alat pemotong, karena melihat betapa indahnya balasan bagi orang yang pernah ditimpa musibah."

Sesungguhnya hanya orang-orang yang bersabarlah yang dicukupkan pahala mereka tanpa batas. **(QS. Az-Zumar: 10)**

(Sambil mengucap): "Salamun 'Alaikum Bima Shabartum." Maka alangkah baiknya tempat kesudahan itu. **(QS. Ar-Ra'd: 24)**

Ya Rabb kami, tuangkanlah kesabaran atas diri kami.

(QS. Al-Baqarah: 250)

Bersabarlah (hai Muhammad) dan tiadalah kesabaranmu itu melainkan dengan pertolongan Allah. **(QS. An-Nahl: 127)**

Maka bersabarlah kamu, sesungguhnya janji Allah itu adalah benar.

(QS. Ar-Rûm: 60)

Dalam sebuah hadits disebutkan: *"Sesungguhnya, besarnya pahala itu sesuai dengan besarnya ujian. Jika Allah mencintai suatu kaum, maka Allah akan menguji mereka. Maka, Barangsiapa yang [dengan] rela [menerimanya], maka baginya kerelaan itu, dan Barangsiapa yang benci maka baginya kebencian itu."* **(HR. Tirmidzi)**

Ada sejumlah permasalahan besar dalam musibah-musibah itu: ada kesabaran, ada takdir, ada pahala, ada tuntutan agar hamba menyadari bahwa Yang Mengambil adalah Yang Memberi, dan bahwa Yang Mencabut adalah Yang Menganugerahkan.

Sesungguhnya, Allah menyuruh kamu menyampaikan amanat kepada yang berhak menerimanya. **(QS. An-Nisâ` : 58)**

Harta dan keluarga hanyalah titipan semata,

pasti suatu hari dia akan dikembalikan jua.

Bukti-bukti Ketauhidan

Bukti-bukti ketauhidan seseorang ketika disakiti orang lain banyak sekali. Di antaranya:

Pertama: Memaafkan. Ini merupakan bukti ketulusan hati terhadap perilaku orang yang menyakiti. Sedangkan, keinginan hati untuk diperlakukan dengan baik merupakan tingkatan yang lebih tinggi. Dan, yang paling tinggi lagi ialah ketika ia bisa membalasnya dengan kebaikan. Caranya, Anda harus mulai dengan meredam emosi lebih dulu. Dalam pengertian, jangan membalas menyakiti orang yang pernah menyakiti Anda. Kemudian maafkanlah, yakni bersikaplah toleran dan maafkan semua kesalahannya. Selanjutnya adalah *ihsan*, yakni balaslah kejahatan yang ia lakukan dengan kebaikan.

Dan, orang-orang yang menahan kemarahan dan memaafkan (kesalahan) orang. Allah menyukai orang-orang yang berbuat kebaikan (ihsan).
(QS. Ali 'Imrân: 134)

Maka, barangsiapa memaafkan dan berbuat baik, maka pahalanya atas (tanggungan) Allah. **(QS. Asy-Syûra: 40)**

Dan, hendaklah mereka memaafkan dan berlapang dada.
(QS. An-Nûr: 22)

Dalam *atsar* disebutkan: *"Sesungguhnya Allah memerintahkanku untuk menyambung tali silaturahmi dengan orang yang memutuskannya denganku, untuk memaafkan orang yang menzalimiku, dan untuk memberi kepada orang yang pelit kepadaku."*

Kedua: Keyakinan terhadap *qadha'*. Artinya, Anda harus menyadari bahwa ia tidak menyakiti, kecuali itu merupakan ketentuan *qadha'* dan *qadar* Allah. Sebab, seorang hamba sebenarnya hanya satu dari sekian sebab yang ada, dan bahwa penentu takdir sebenarnya adalah Allah. Oleh karena itu berserahlah kepada *Rabb* yang melindungi diri Anda.

Ketiga: Penghapusan dosa. Artinya, Anda harus menyadari bahwa kejahatan yang dilakukan orang lain kepada diri Anda berarti dosa-dosa Anda dihapuskan, keburukan-keburukan Anda dileburkan, kesalahan-kesalahan Anda dimaafkan, dan derajat Anda diangkat.

Maka, orang-orang yang berhijrah, yang diusir dari kampung halamannya, yang disakiti pada jalan-Ku, yang berperang dan yang dibunuh, pastilah akan Aku hapuskan kesalahan-kesalahan mereka. **(QS. Ali 'Imrân: 195)**

Di antara hikmah lain yang bisa diperoleh oleh seorang mukmin dalam hal ini adalah dicabutnya sumbu permusuhan.

Tolaklah (kejahatan) itu dengan cara yang lebih baik, maka tiba-tiba orang yang antaramu dan antara dia ada permusuhan seoalah-olah telah menjadi teman yang sangat setia. **(QS. Fushshilat: 34)**

Rasulullah bersabda, *"Orang muslim adalah yang menjaga orang-orang muslim lainnya dari lisan dan tangannya."*

Artinya, ketika bertemu orang yang pernah berbuat jahat kepadamu, maka hadapi dengan tersenyum, dengan kata-kata yang baik, dan dengan wajah yang berseri-seri agar api permusuhan padam.

Dan, katakanlah kepada hamba-hamba-Ku: "Hendaklah mereka mengatakan perkataan yang lebih baik (benar). Sesungguhnya, setan itu menimbulkan perselisihan di antara mereka." **(QS. Al-Isrâ` : 53)**

Jadilah orang yang berwajah ceria, sebab orang merdeka

adalah lembaran-lembaran yang di atasnya bertuliskan keceriaan

Keempat: Munculnya kesadaran terhadap kekurangan dirinya. Artinya, kesadaran seperti ini akan muncul justru karena dosa-dosa yang telah Anda lakukan.

Dan, mengapa ketika kamu ditimpa musibah (pada peperangan Uhud), padahal kamu telah menimpakan kekalahan dua kali lipat pada musuh-musuhmu (pada peperangan Badar) kamu berkata: "Dari mana datangnya (kekalahan) ini?" Katakanlah: "Ini dari (kesalahan) dirimu sendiri."

(QS. Ali 'Imrân: 165)

Dan, apa saja musibah yang menimpa kamu maka itu disebabkan oleh perbuatan tanganmu sendiri. **(QS. Asy-Syûra: 30)**

Ada satu hal yang sangat positif, yang mengharuskan Anda memuji dan bersyukur kepada Allah, yakni keadaan Anda yang diciptakan sebagai orang yang dizalimi, bukan yang menzalimi.

Sejumlah ulama salaf bahkan dalam doanya selalu mengatakan, "Ya Allah, jadikanlah aku orang yang dizalimi, dan bukan yang menzalimi. Perkataan ini sama seperti yang dikatakan oleh salah seorang dari dua anak Adam kepada saudaranya.

Sungguh kalau kamu menggerakkan tanganmu kepadaku untuk membunuhku, aku sekali-kali tidak akan menggerakkan tanganku kepadamu untuk membunuhmu. Sesungguhnya aku takut kepada Allah, Rabb seru sekalian alam. **(QS. Al-Mâ` idah: 28)**

Keenam: Menunjukkan sikap ramah. Artinya, Anda harus bersikap ramah kepada orang yang menyakiti diri Anda. Karena bagaimanapun dia berhak diperlakukan ramah. Tindakannya yang selalu menyakiti orang lain dan sikapnya yang terlalu berani menentang perintah Allah untuk tidak menyakiti orang muslim, menempatkannya dalam posisi orang yang harus Anda sikapi dengan lembut dan ramah, dan posisi orang yang harus Anda hindarkan dari keterpurukannya. Sabda Nabi: *"Tolonglah saudaramu yang zalim maupun yang dizalimi."*

Ketika Misthah mencemarkan nama baik Abu Bakar dan 'Aisyah, anaknya, maka Abu Bakar bereaksi dengan bersumpah untuk menghentikan suplai makanan kepada Misthah. Misthah sendiri adalah seorang yang miskin yang secara rutin mendapat biaya hidup dari Abu Bakar. Maka Allah pun menurunkan firman-Nya:

> *Dan, janganlah orang-orang yang mempunyai kelebihan dan kelapangan di antara kamu bersumpah bahwa mereka (tidak) akan memberi (bantuan) kepada kaum kerabat(nya), orang-orang yang miskin dan orang-orang yang berhijrah pada jalan Allah dan hendaklah mereka memaafkan dan berlapang dada.* **(QS. An-Nûr: 22)**

Abu Bakar pun kemudian menyadari, "Ya, aku suka Allah mengampuniku." Dan setelah itu ia kembali memberikan biaya hidup Misthah, dan memaafkannya.

Uyainah ibn Hashan berkata kepada Umar ibn al-Khattab, "Apa yang engkau lakukan, Umar? Demi Allah, engkau tidak memberikan lebih banyak kepada kami dan tidak menghukumi kami dengan adil."

Umar pun bingung, namun al-Hurr ibn Qais mengingatkannya, "Wahai Amirul Mukminin, sesungguhnya Allah telah berfirman:

> *Jadilah kamu pemaaf dan suruhlah orang mengerjakan yang ma'ruf.* "
> **(QS. Al-A'râf: 199)**

Al-Hurr pun menambahkan, "Demi Allah, Umar tidak akan pernah melanggar batasan ayat ini. Umar adalah orang yang sangat patuh kepada Kitab Allah."

Yusuf a.s. berkata kepada saudara-saudaranya,

> *Pada hari ini tidak ada cercaan terhadap kamu, mudah-mudahan Allah mengampuni (kamu) dan Dia adalah Maha Penyayang di antara para penyayang.* **(QS. Yûsuf: 92)**

Pada waktu kota Makkah takluk, Rasulullah menyatakan hal seperti itu secara terbuka kepada orang-orang kafir Quraisy yang pernah menyakiti, mengusir, dan memeranginya. Katanya, "Pergilah kalian, kalian bebas." Dalam sebuah hadits disebutkan: *"Orang yang kuat itu bukanlah orang yang kuat dalam bergelut. Sesungguhnya, orang yang kuat itu adalah orang yang mampu mengendalikan dirinya saat marah."*

Ibnul Mubarak berkata,

Jika kau berteman dengan seorang teman yang memiliki rasa cinta,
maka jadilah engkau seperti orang yang penuh kasih sayang.
Janganlah menghitung semua kesalahan setiap orang,
sebab kau akan tinggal sepanjang zaman tanpa teman

Sejumlah orang mengatakan bahwa dalam Injil terdapat pernyataan: "Ampunilah orang yang melakukan satu kali kesalahan, dengan tujuh kali ampunan."

Maka barangsiapa memaafkan dan berbuat baik, maka pahalanya atas (tanggungan) Allah. **(QS. Asy-Syûra: 42)**

Artinya, maksud pernyataan dalam Injil itu adalah bila ada orang yang melakukan satu kali kesalahan, maka maafkanlah tujuh kali untuk kesalahannya itu, untuk menjaga agama dan kehormatan, dan supaya hati tetap bersih. Sebab, keinginan untuk membalas berasal dari syaraf, dari darah, dari tidur, dari istirahat, dan dari kehormatan diri Anda, bukan dari orang lain.

Orang-orang India dalam sebuah pemeonya mengatakan: "Orang yang mampu mengekang jiwanya jauh lebih berani dari orang yang menaklukkan sebuah kota."

Sesungguhnya, nafsu itu selalu menyuruh kepada kejahatan, kecuali nafsu yang diberi rahmat oleh Rabb-ku. **(QS. Yûsuf: 53)**

Rehat

Adapun tentang doa Dzun Nun (Nabi Yunus), *Lâ ilâha illa anta subhânaka innî kuntu minaz zâlimîn*, di dalamnya terkandung; kesempurnaan tauhid, penyucian kepada Allah, pengakuan seorang hamba akan kezaliman diri dan dosanya. Ini merupakan obat paling manjur untuk menghilangkan kegundahan dan kegelisahan, dan merupakan bentuk komunikasi paling tepat dengan Allah untuk pengabulan hajat. Dalam *tauhid* dan penyucian terhadap Allah (*tanzih*) terkandung penetapan segala bentuk kesempurnaan Allah dan penghapusan segala bentuk kekurangan, aib, dan penyerupaan dengan-Nya. Sedangkan pengakuan terhadap kezaliman mengandung nilai keimanan hamba terhadap syariat, ganjaran, serta siksa, dan mengharuskan seorang hamba untuk menyesali perbuatannya. Juga mengharuskan seorang hamba untuk;

kembali kepada Allah, meminta maaf atas kesalahan yang dilakukannya, mengakui statusnya sebagai hamba yang harus mengabdi kepada *Rabb* (*'ubudiyah*) dan nalurinya yang selalu membutuhkan *Rabb* (*i'tiraf*).

Demikianlah empat hal yang dapat dipakai untuk bertawassul; yakni *tauhid, tanzih, 'ubudiyah*, dan *i'tiraf*.

Allah berfirman,

Dan, berikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar. (Yaitu) orang-orang yang apabila ditimpa musibah, mereka mengucapkan, "Innâ lillâhi wa innâ ilaihi râji'ûn." Mereka itulah yang mendapat keberkahan yang sempurna dan rahmat dari Rabb mereka, dan mereka itulah orang-orang yang mendapat petunjuk. **(QS. Al-Baqarah: 155-157)**

Perhatikan Lahir dan Batin

Kebersihan jiwa dapat terlihat dari kebersihan pakaian. Ada satu hal yang menarik dan sesuatu yang sangat mulia, di sini, bahwa sejumlah orang bijak mengatakan, "Orang yang bajunya kotor, maka jiwanya pun kelabu," satu hal yang merupakan penampilan fisik.

Banyak orang menjadi bingung dan tertekan berawal dari pakaiannya yang kotor, penampilannya yang berubah, kantornya yang semrawut, kertas-kertas yang berantakan di sekitarnya, banyak janji yang meleset, atau program hariannya yang kacau. Padahal, alam semesta ini diciptakan dengan keteraturan. Itu artinya, orang yang menyadari hakikat agama ini akan sadar bahwa ia datang untuk menertibkan kehidupan hamba, baik yang kecil maupun yang besar, yang banyak atau yang sedikit. Segala sesuatu diciptakan oleh-Nya dengan perhitungan.

Tiadalah Kami alpakan sesuatu pun dalam Al-Kitab. **(QS. Al-An'âm: 38)**

Dalam sebuah hadits yang diriwayatkan oleh at-Tirmidzi disebutkan: *"Sesungguhnya Allah itu Maha Bersih dan senang terhadap kebersihan."*

Sedangkan dalam riwayat Muslim disebutkan: *"Sesungguhnya Allah itu Maha Indah dan mencintai keindahan."*

Dalam sebuah hadits *hasan* disebutkan: *"Berhiaslah kalian sehingga kalian laksana tahi lalat di mata manusia."*

Keindahan yang pertama adalah perhatian terhadap mandi. Dalam sebuah hadits yang diriwayatkan oleh Al-Bukhari disebutkan: *"Hak orang*

muslim untuk mandi sekali dalam seminggu, saat mana dia mencuci kepala dan seluruh tubuhnya."

Ini paling tidak. Sejumlah orang salih, dalam sehari, mandi satu kali, seperti yang dilakukan oleh Utsman ibn 'Affan berdasarkan banyak riwayat yang menjelaskan tentang dirinya.

Inilah air yang sejuk untuk mandi dan untuk minum. **(QS. Shâd: 42)**

Selanjutnya adalah menjaga fitrah. Misalnya, memanjangkan jenggot, memotong kumis, memotong kuku, mencukur rambut yang tumbuh lebih di tubuh, ber*siwak*, memakai wewangian, menyikat gigi, membersihkan pakaian, dan memperhatikan penampilan. Ini semua akan membuat hati menjadi lapang dan membuat perasaan tenang.

Di samping itu, juga anjuran untuk memakai pakaian putih. Dalam sebuah hadits disebutkan: *"Pakailah pakaian putih, dan kafanilah orang yang meninggal dengan kain putih."*

Al-Bukhary dalam *Shahîh*-nya telah menjadikan satu bab tersendiri, "Memakai Pakaian Putih". Rasulullah bersabda, *"Sesungguhnya malaikat turun dengan memakai pakaian putih dan di atas kepalanya ada sorban putih."*

Hal lain adalah mengatur jadwal janji di buku kecil dan mengatur waktu. Ada waktu untuk membaca, ada waktu untuk ibadah, ada waktu untuk belajar, dan ada waktu untuk istirahat.

Bagi tiap-tiap masa itu ada Kitab (yang tertentu). **(QS. Ar-Ra'd: 38)**

Dan, tidak ada sesuatu pun melainkan pada sisi Kami-lah khazanahnya, dan Kami tidak menurunkannya melainkan dengan ukuran yang tertentu.
(QS. Al-Hijr: 21)

Di perpustakaan *Congress* terpampang sebuah papan yang bertuliskan: "Semesta ini dicipta dengan keteraturan". Ini benar. Karena dalam syariah-syariah yang turun dari langit terdapat seruan untuk teratur, terorganisir, dan tertib. Allah telah mengabarkan bahwa alam semesta ini diciptakan tidak dengan main-main dan tidak dengan sia-sia. Alam semesta ini diciptakan dengan *qadha`* dan *qadar*, dengan keteraturan dan perhitungan.

Matahari dan bulan (beredar) menurut perhitungan.
(QS. Ar-Rahmân: 5)

Tidaklah mungkin bagi matahari mendapatkan bulan dan malam pun tidak dapat mendahului siang. Dan masing-masing beredar pada garis edarnya.
(QS. Yâsîn: 40)

Dan, telah Kami tetapkan baginya manzilah-manzilah, sehingga (setelah dia sampai ke manzilah yang terakhir) kembalilah dia sebagaimana bentuk tandan yang tua. **(QS. Yâsîn: 39)**

Dan, Kami jadikan malam dan siang sebagai dua tanda, lalu Kami hapuskan tanda malam dan Kami jadikan tanda siang itu terang, agar kamu mencari karunia dari Rabb-mu, dan supaya kamu mengetahui bilangan tahun-tahun dan perhitungan. Dan segala sesuatu telah Kami terangkan dengan jelas.
(QS. Al-Isrâ` : 12)

Ya Rabb kami, tiadalah Engkau menciptakan ini dengan sia-sia.
(QS. Ali 'Imrân: 191)

Sekiranya Kami hendak membuat sesuatu permainan (istri dan anak) tentulah Kami membuatnya dari sisi Kami. Jika Kami menghendaki berbuat demikian (tentulah Kami telah melakukannya). **(QS. Al-Anbiyâ` : 17)**

Bekerjalah Anda!

Orang-orang bijak Yunani mengobati orang yang ditimpa keresahan, kesuntukan, dan penyakit psikologis lainnya dengan memaksanya bekerja di ladang dan kebun. Dan hasilnya, hanya beberapa waktu kemudian, si pasien telah kembali sehat dan mendapatkan ketenangan.

Maka berjalanlah di segala penjurunya. **(QS. Al-Mulk: 15)**

Dan, katakanlah: "Bekerjalah kamu sekalian." **(QS. At-Taubah: 105)**

Orang-orang yang bekerja dengan menggunakan tangannya adalah kelompok orang yang lebih bahagia, tidak terbebani, dan tenang dibandingkan yang lain. Coba perhatikan para pekerja itu, mereka memiliki pikiran yang bebas dan fisik yang kuat dikarenakan gerak dan kerja mereka.

"Dan, aku berlindung kepada-Mu dari sikap lemah dan sikap malas."
(Hadits)

Berlindunglah Kepada Allah

Allah adalah nama yang mulia dan agung, nama yang paling mudah dikenali, yang memiliki makna sangat indah. Dikatakan, kata "Allah" berasal dari akar kata *a-la-ha,* yang berarti; dzat yang dituhankan oleh hati, yang dicintainya, yang karenanya hati menjadi bahagia, yang diterima hati dengan segala kerelaan, dan yang menjadi tempat hati bergantung. Lebih dari itu, sangat tidak mungkin hati mendapatkan ketenangan dan kebahagiaan dengan yang lain kecuali dengan-Nya. Untuk itulah Rasulullah mengajarkan Fatimah, anak perempuannya, doa kesusahan. *"Allâhu, Allâhu rabbi lâ usyriku bihi syai`an."* (Allah, Allah *Rabb*-ku, aku tidak menyekutukan Engkau dengan sesuatupun). **(Hadits)**

> *Katakanlah: "Allah lah (yang menurunkannya)", kemudian (sesudah kamu menyampaikan al-Qur`an kepada mereka), biarkanlah mereka bermain-main dalam kesesatannya.* **(QS. Al-An'âm: 91)**

> *Dan, Dialah yang mempunyai kekuasaan tertinggi di atas semua hamba-Nya.* **(QS. Al-A'râf: 61)**

> *Allah Maha Lembut terhadap hamba-hamba-Nya.* **(QS. Asy-Syu'arâ` : 19)**

> *Dan, mereka tidak mengagungkan Allah dengan pengagungan yang semestinya, padahal bumi seluruhnya dalam genggaman-Nya pada hari Kiamat dan langit digulung dengan tangan kanan-Nya. Maha Suci Rabb dan Maha Tinggi Dia dari apa yang mereka persekutukan.* **(QS. Az-Zumar: 67)**

> *(Yaitu) pada hari Kami gulung langit bagai menggulung lembaran-lembaran kertas.* **(QS. Al-Anbiyâ` : 104)**

> *Sesungguhnya Allah menahan langit dan bumi supaya jangan lenyap.* **(QS. Fâthir: 41)**

Kepada-Nya Aku Bertawakal

Banyak hal yang dapat mendatangkan kebahagiaan bagi seorang hamba, di antaranya kebergantungannya kepada *Rabb*-nya, tawakalnya, dan perasaan cukup akan perlindungan, penjagaan dan pengawasan-Nya atas dirinya.

Apakah kamu mengetahui ada seorang yang sama dengan Dia (yang patut disembah). **(QS. Maryam: 65)**

Sesungguhnya, pelindungku ialah Allah yang telah menurunkan al-Kitab (al-Qur'an) dan Dia melindungi orang-orang yang salih.
(QS. Al-A'râf: 196)

Ingatlah, sesunguhnya wali-wali Allah itu tidak akan ada kekhawatiran terhadap mereka dan tidak (pula) mereka bersedih hati. **(QS. Yûnus: 62)**

Mereka Sepakat Pada Tiga Hal

Saya telah banyak mengkaji banyak buku tentang kecemasan dan gangguan mental, baik dari kalangan ulama salaf kita yang terdiri dari kalangan ahli hadits, sastrawan, para pendidik dan sejarawan, maupun dari kalangan yang lain. (Termasuk publikasi-publikasi, buku-buku dari Timur dan Barat yang telah diterjemahkan, jurnal atau majalah). Semuanya sepakat pada tiga pokok yang harus ditempuh oleh orang yang menginginkan sembuh dan terhindar dari gangguan mental, serta hatinya menjadi lapang. Tiga pokok tersebut adalah,

Pertama: selalu mengaitkan hati kepada Allah, menyembah-Nya, taat dan berserah diri kepada-Nya. Ini merupakan masalah keimanan *kubra* (masalah keimanan yang besar).

Maka, sembahlah Dia dan berteguh hatilah dalam beribadah kepada-Nya. **(QS. Maryam: 65)**

Kedua: menutup berkas-berkas masa lalu dengan semua kegetirannya dan genangan air matanya, semua kesedihannya dan bencananya, semua kepahitannya dan keresahannya. Dan, memulai sebuah kehidupan baru dengan hari yang baru pula.

Ketiga: membiarkan masa depan yang masih gaib itu, tidak melarutkan diri di dalamnya, dan menjauhkan diri dari segala bentuk ramalan, prakiraan, dan ketidakjelasannya. Tapi, hidup dalam lingkup hari ini saja.

Ali berkata, "Jauhi semua bentuk angan-angan yang terlalu jauh sebab dia hanya akan membuatmu terlena saja."

Dan, mereka menyangka bahwa mereka tidak akan dikembalikan kepada Kami. **(QS. Al-Qashash: 39)**

Jangan percaya kepada segala bentuk kasak-kusuk dan berita burung, sebab Allah telah berfirman kepada musuh-musuh-Nya:

Mereka mengira bahwa tiap-tiap teriakan yang keras ditujukan kepada mereka. **(QS. Al-Munâfiqûn: 4)**

Saya tahu beberapa orang yang selalu menunggu-nunggu prediksi tentang terjadinya bencana-bencana dan kejadian-kejadian, untuk beberapa tahun, yang ternyata tidak pernah menjadi kenyataan. Mereka menciptakan ketakutan dalam hati mereka dan hati orang lain. Maha Suci Allah, alangkah sengsaranya hidup mereka. Perumpamaan mereka adalah seperti orang-orang yang tertawan di dalam penjara Cina. Mereka diletakkan di bawah sebuah pipa air yang menetes di atas kepalanya, setetes demi setetes dalam setiap detiknya. Mereka dipaksa untuk menunggu tetesan-tetesan ini hingga gila dan hilang kesadarannya. Allah menggambarkan para penghuni neraka, seraya berfirman,

Mereka tidak dibinasakan sehingga mereka mati dan tidak (pula) diringankan dari azabnya. **(QS. Fâthir: 36)**

Kemudian dia tidak mati di dalamnya dan tidak (pula) hidup. **(QS. Al-A'lâ: 13)**

Setiap kali kulit mereka hangus, Kami ganti dengan kulit yang lain. **(QS. An-Nisâ` : 56)**

Serahkan Orang yang Menzalimi Anda Itu Kepada Allah

Kita semua beriringan menuju hari pembangkitan
dan di sisi Allah semua musuh akan bertemu.

Adalah sikap yang adil dan bijak bila seorang hamba menunggu hari ketika Allah mengumpulkan semua orang yang telah lalu dan yang kemudian, dan ketika tidak ada lagi kezaliman. Hakimnya adalah Allah Yang Maha Perkasa dan para saksinya adalah malaikat-malaikat Allah.

Kami akan memasang timbangan yang tepat pada hari Kiamat, maka tiadalah dirugikan seseorang barang sedikit pun. Dan jika (amalan itu) hanya seberat biji sawi pun, pasti Kami mendatangkan (pahala)nya. Dan cukuplah Kami sebagai Pembuat perhitungan. **(QS. Al-Anbiyâ` : 47)**

Kisra Persia dan Seorang Perempuan Tua

Bazarjamher, salah seorang bijak di Persia, mengatakan, "Ada seorang nenek yang memiliki seekor ayam betina yang diletakkan di sebuah kandang yang berdekatan dengan istana Kisra. Suatu hari si nenek itu sedang melakukan perjalanan ke desa lain. Sebelum berangkat nenek itu berdoa, "Wahai *Rabb*-ku, aku titipkan ayam betinaku ini kepada-Mu."

Pada saat tidak berada di tempat itu, Kisra berlaku lalim dengan menggusur kandang itu untuk perluasan istana dan taman kerajaan. Ayam yang berada di dalam kandang itu disembelih oleh para tentara, dan kandangnya dirusak. Sekembalinya dari perjalanan itu, si nenek menengadah ke langit dan berkata, "Wahai *Rabb*-ku, aku memang tidak ada saat terjadi kejahatan itu, namun dimana Engkau saat itu?" Allah pun memperlakukan nenek itu dengan adil dan membalaskan perlakuan Kisra itu. Kisra itu dibunuh oleh anaknya dengan sebilah pisau saat sedang tidur di pembaringannya.

> *Bukankah Allah cukup melindungi hamba-hamba-Nya. Dan mereka menakuti kamu dengan (sembahan-sembahan) yang selain Allah?*
> **(QS. Az-Zumar: 36)**

Seandainya saja kita menjadi orang terbaik di antara dua anak Adam yang mengatakan:

> *Sungguh jika kamu menggerakkan tanganmu kepadaku untuk membunuhku, aku sekali-kali tidak akan menggerakkan tanganku untuk membunuhmu.* **(QS. Al-Mâ` idah: 28)**

Rasulullah bersabda, *"Jadilah engkau seorang hamba yang dibunuh dan janganlah engkau menjadi hamba yang membunuh."*

Orang muslim itu memiliki prinsip, misi, dan masalah yang lebih agung dari hanya sekadar balas dendam, benci, dan dengki.

Kekurangan Bisa Saja Menjadi Kesempurnaan

> *Janganlah kamu kira bahwa berita itu buruk bagimu, bahkan ia adalah baik bagimu.* **(QS. An-Nûr: 11)**

Tidak semua orang jenius dan cerdik meniti perjalanan mereka dengan penuh kegigihan, karena mereka sadar akan kekurangan yang ada pada

mereka. Banyak ulama yang lahir dari bekas budak, seperti Atha', Said ibn Jubair, Qatadah, al-Bukhary, at-Tirmidzi, dan Abu Hanifah.

Banyak kalangan cendekiawan (yang karena luasnya pengetahuan mereka sehingga diibaratkan seperti samudera) yang buta. Misalnya, Abdullah ibn Abbas, Qatadah, Ummi Maktum, al-A'masy, dan Yazid ibn Harun.

Dari kalangan ulama mutakhir ada Syaikh Muhammad ibn Ibrahim Ali asy-Syaikh, Syaikh Abdullah ibn Hamid, dan Syaikh Abdullah ibn Baz. Saya juga membaca biografi orang-orang cerdas dan jenius Arab yang mengalami kekurangan secara fisik. Ada yang buta, ada yang tuli, ada yang pincang, ada yang lumpuh. Namun mereka telah banyak mempengaruhi jalannya sejarah, dan mempengaruhi kehidupan manusia dengan ilmu dan penemuan ilmiah.

> *Dan, menjadikan untukmu cahaya yang dengan cahaya itu kamu dapat berjalan.* **(QS. Al-Hadîd: 28)**

Pengakuan kelulusan dari perguruan tinggi bukanlah segalanya. Tak perlu bersedih, bingung, dan patah semangat karena tidak memiliki ijazah S1, S2, atau S3. Ijazah bukan segalanya. Tanpa itu Anda masih bisa menciptakan pengaruh, masih bisa bersinar, dan masih bisa mempersembahkan yang terbaik untuk umat manusia. Betapa banyak orang terkenal dan mampu memberikan kontribusi yang sangat besar namun tidak memiliki ijazah formal. Mereka hanya menjalani kehidupannya dengan segala keteguhan hati, kegigihan tekad, dan obsesi yang tinggi. Selanjutnya kita menengok ke masa kini, ternyata banyak sekali orang-orang yang berpengaruh dalam ilmu syariat, dakwah, pendidikan, pemikiran, dan sastra yang tidak memiliki ijazah formal. Misalnya Syaikh Ibn Baz, Malik ibn Nabi, al-'Aqqad, ath-Thanthawi, Abu Zahrah, al-Maududi, an-Nadawi, dan yang lainnya.

Dan, masih banyak lagi ulama-ulama salaf, dan para jenius masa lalu yang tidak mungkin disebutkan di sini.

Sebaliknya, ribuan pemegang gelar doktor di dunia yang hanya diam dan tak banyak memberikan kontribusinya.

> *Adakah kamu merasakan kehadiran seorang pun dari mereka atau kamu dengar suara mereka yang samar-samar.* **(QS. Maryam: 98)**

Perasaan *qana'ah* (puas dengan pemberian Allah) adalah sebuah kekayaan yang agung. Dalam sebuah hadits disebutkan: *"Terimalah dengan penuh kerelaan apa yang Allah bagikan kepadamu, niscaya engkau akan menjadi orang yang paling kaya."*

Terimalah keluarga, pendapatan, kendaraan, anak-anak, dan tugas-tugas Anda dengan penuh kerelaan, niscaya Anda akan mendapatkan kebahagiaan dan ketenangan.

Dalam sebuah hadits disebutkan: *"Kekayaan yang sebenarnya adalah kaya hati."*

Kekayaan yang sebenarnya bukanlah karena banyaknya properti, harta dan kedudukan, tapi karena ketenangan jiwa dan keridhaannya menerima apa yang diberikan Allah.

Sebuah hadits berbunyi: *"Sesungguhnya Allah mencintai hamba yang kaya, yang bertakwa, dan yang menyembunyikan ketakwaannya."*

Hadits lain berbunyi: *"Ya Allah, jadikan kekayaannya berada di dalam hatinya."*

Ada seseorang bercerita: "Saya pernah naik sebuah mobil dari bandara menuju suatu kota, dengan hanya ditemani seorang sopir. Saya perhatikan sopir itu ceria sekali, ia senantiasa memuji dan bersyukur kepada Allah. Lalu saya tanyakan kepadanya tentang keluarganya. Katanya, dia memiliki dua orang istri dan anak lebih dari sepuluh. Sedangkan penghasilannya per bulan hanya delapan ratus real. Dia hanya punya kamar-kamar kuno yang didiaminya bersama keluarganya. Namun dia sangat menikmati kedamaian itu, karena dia rela dengan apa yang Allah karuniakan kepadanya."

"Saya tidak habis pikir, ketika saya membandingkan sopir ini dengan orang-orang yang memiliki uang jutaan real, di samping istana dan rumah mewah. Tapi mereka hidup susah. Akhirnya saya tahu bahwa kebahagiaan itu tidak terdapat di dalam harta."

Ada juga cerita tentang seorang saudagar besar dan terkenal, yang memiliki milyaran real dan puluhan istana dan rumah mewah, tapi akhlaknya buruk, hubungannya dengan sesama tidak baik, tabiatnya buruk, dan selalu murung. Dia mati karena terasing dengan keluarganya, lantaran tidak menerima pemberian Allah dengan penuh kerelaan.

> *Kemudian dia ingin sekali supaya Aku menambahnya. Sekali-kali tidak (akan Aku tambah), karena sesungguhnya dia menentang ayat-ayat Kami (al-Quran).* **(QS. Al-Muddatstsir: 15-16)**

Dalam pandangan orang Arab kuno, salah satu tanda hati yang tenang adalah ketika seseorang itu menyendiri di tengah gurun dan mengisolasi diri dari kehidupan ramai.

Dalam rangka itu, Abu Dzar berangkat menuju Rabdzah. Sementara Sufyan ats-Tsauri berangan-angan, "Saya merindukan untuk menyendiri di sebuah lembah yang tidak diketahui seorang pun."

Dalam sebuah hadits disebutkan: *"Hampir tiba waktunya bahwa sebaik-baik harta seorang muslim adalah seekor kambing yang dia tuntun menyusuri tempat-tempat dan gunung-gunung karena lari menyelamatkan agamanya dari fitnah-fitnah."*

Jika terjadi fitnah, maka jalan terbaik bagi seorang hamba adalah melarikan diri dari fitnah itu. Seperti yang dilakukan oleh Abdullah ibn Umar, Usamah ibn Zaid, dan Muhammad ibn Maslamah setelah terbunuhnya Utsman.

Saya melihat banyak sekali orang yang dilanda kemiskinan, kesengsaraan dan depresi hanya karena mereka jauh dari Allah. Ada seorang yang dulunya kaya raya dengan harta yang melimpah. Dia dikaruniai kesehatan oleh *Rabb*-nya dan mendapatkan kebaikan dari Allah. Namun kemudian dia berpaling dari ketaatannya kepada Allah, melalaikan shalat, dan melakukan dosa-dosa besar. Maka, Allah pun mencabut kesehatannya, mempersempit rezekinya, dan mengujinya dengan keresahan dan kebingungan. Hidupnya pun berpindah dari satu kesengsaraan menuju ke kesengsaraan yang lain, dan dari bencana yang satu menuju ke bencana yang lain.

> *Dan, barangsiapa yang berpaling dari peringatan-Ku, maka sesungguhnya baginya penghidupan yang sempit.* **(QS. Thâhâ: 124)**

> *Dan, demikianlah (siksaan) itu adalah karena sesungguhnya Allah sekali-kali tidak akan mengubah sesuatu nikmat yang telah dianugerahkan-Nya kepada sesuatu kaum, hingga kaum itu mengubah apa yang ada pada diri mereka sendiri.* **(QS. Al-Anfâl: 53)**

> *Dan, apa saja musibah yang menimpa kamu, maka adalah disebabkan oleh perbuatan tanganmu sendiri, dan Allah memaafkan sebagian besar dari (kesalahan-kesalahanmu).* **(QS. Asy-Syûra:30)**

> *Dan bahwasanya: jikalau mereka tetap berjalan lurus di atas jalan itu (agama Islam), benar-benar Kami akan memberi minum kepada mereka air yang segar (rezeki yang banyak).* **(QS. Al-Jin: 16)**

Saya membayangkan memiliki sebuah keajaiban yang bisa merubah kegelisahan, kegundahan, dan kesedihan itu. Namun dari mana keajaiban itu saya dapatkan? Meski demikian saya bisa memberikan sebuah resep dari para ahli agama. Yakni, sembahlah Yang Maha Pencipta, terimalah rezeki yang ada, terimalah *qadha'* Allah, berlakulah *zuhud* di dunia, serta jangan berangan-angan terlalu jauh. Selesai!

Saya sangat kagum kepada seorang ahli psikologi asal Amerika yang bernama William James (seorang bapak ilmu psikologi di kalangan mereka). Katanya, "Kita, manusia, selalu memikirkan apa yang tidak kita miliki, dan tidak bersyukur kepada Tuhan atas apa yang kita miliki. Kita selalu melihat sisi gelap dan yang mengerikan dalam kehidupan kita, dan tidak pernah melihat sisi cerah dalam kehidupan kita. Kita selalu bersedih atas kekurangan yang kita miliki dan tidak pernah bahagia dengan apa yang ada pada diri kita."

> *Sesungguhnya jika kamu bersyukur maka Kami akan menambah nikmat kepada kalian.* **(QS. Ibrahîm: 7)**

Sedangkan Rasulullah berdoa, *"Aku berlindung kepada Allah dari jiwa yang tidak pernah merasa puas."*

Dalam hadits disebutkan: *"Orang yang ketika pagi menjadikan akhirat itu sebagai kepedulian utamanya, maka Allah akan menghimpunkan segalanya, menjadikan kekayaannya berada di dalam hatinya, dan dunia datang kepadanya tanpa dia kehendaki. Sedangkan orang yang ketika pagi menjadikan dunia sebagai kepedulian utamanya, maka Allah akan mengacak-acak urusannya, menjadikan kemiskinannya berada di depan kedua matanya, dan dunia datang kepadanya hanya yang telah dituliskan Allah untuknya saja."*

> *Dan, sesungguhnya jika kamu tanyakan kepada mereka: "Siapakah yang menjadikan langit dan bumi dan menundukkan matahari dan bulan?" Tentu mereka akan menjawab: "Allah", maka betapakah mereka (dapat) dipalingkan (dari jalan yang benar?)* **(QS. Al-'Ankabût: 61)**

Akhirnya Mereka Mengakui

Sakharov, seorang ahli sain Rusia, diasingkan ke kepulauan Siberia karena pemikiran-pemikirannya yang menentang pandangan atheis. Dia menyatakan bahwa di sana ada sebuah kekuatan aktif yang memiliki pengaruh besar di alam semesta. Pernyataan ini jelas berseberangan dengan keya-

kinan orang-orang komunis: tidak ada Tuhan, kehidupan ini adalah materi. Pernyataan Sakharov ini menunjukkan bahwa jiwa manusia diciptakan untuk bertauhid.

(Tetaplah atas) fitrah Allah yang telah menciptakan manusia menurut fitrah itu. **(QS. Ar-Rûm: 30)**

Orang yang tidak percaya kepada Allah tidak akan memiliki tempat baik di manapun ia berada, karena dia telah menyalahi fitrah dan menyalahi *manhaj* Allah di muka bumi.

Saya pernah berbicara dengan seorang profesor muslim di *The International Institute of Islamic Thought* di Washington, dua tahun sebelum jatuhnya komunisme—Uni Soviet. Profesor ini menyebutkan ayat ini pada saya:

Dan, (begitu pula) Kami memalingkan hati dan penglihatan mereka seperti mereka belum pernah beriman kepadanya (al-Quran) pada permulaannya, dan Kami biarkan mereka bergelimang dalam kesesatan yang sangat.
(QS. Al-An'âm: 110)

"Ayat-ayat (berikut) ini akan berlaku pada mereka," tegasnya.

Maka Allah menghancurkan rumah-rumah mereka dari pondasinya, lalu atap (rumah itu) jatuh menimpa mereka dari atas. **(QS. An-Nahl: 26)**

Maka, Kami datangkan kepada mereka banjir yang besar. **(QS. Sabâ` : 16)**

Maka, masing-masing (mereka itu) Kami siksa disebabkan dosanya.
(QS. Al-'Ankabût: 40)

Maka, datanglah azab kepada mereka dengan mendadak, sedang mereka tidak menyadarinya. **(QS. Asy-Syu'arâ` : 202)**

Sejenak Bersama Orang-orang Bodoh

Zayyat dalam majalah *Ar-Risalah* menulis sebuah pernyataan yang sangat mengena dan sebuah makalah yang sangat menarik menggambarkan bagaimana sebenarnya komunisme itu. Ini terjadi saat mereka mengirimkan pesawat ruang angkasa ke bulan dan kemudian berhasil kembali ke bumi. Salah seorang astronotnya menulis sebuah pernyataan di surat kabar

Pravda, "Kami telah naik ke langit tapi di sana kami tidak mendapatkan satu tuhan pun, tidak surga, tidak neraka, dan tidak juga malaikat."

Menanggapi pernyataan itu, Zayyat menulis: "Aneh sekali tingkah laku kalian, keledai-keledai bodoh! Apakah kalian mengira bahwa kalian akan melihat *Rabb* kalian di atas *'arsy*-Nya, atau kalian akan melihat para bidadari di taman surga berjalan dengan memakai sutera-sutera nan indah, atau kalian akan mendengar bunyi gemericik Sungai Kautsar atau kalian akan mencium bau orang-orang yang disiksa di neraka? Jika itu yang menjadi prasangka kalian, maka kalian telah merugi seperti kerugian yang kalian derita pada saat kalian hidup saat ini. Saya hanya bisa menafsirkan kesesatan, penyimpangan, dan ketololan kalian itu melalui kaca mata komunisme dan kekafiran yang bersarang di dalam kepala kalian. Komunisme itu adalah sebuah hari tanpa hari esok, bumi tanpa langit, kerja tanpa akhir, dan usaha tanpa hasil ...."

Atau apakah kamu mengira bahwa kebanyakan mereka itu mendengar atau memahami. Mereka itu tidak lain, hanyalah seperti binatang ternak, bahkan mereka lebih sesat jalannya (dari binatang ternak itu).

(QS. Al-Furqân: 44)

Mereka mempunyai hati, tapi tidak dipergunakannya untuk memahami (ayat-ayat Allah) dan mereka mempuyai mata (tapi) tidak dipergunakannya untuk melihat (tanda-tanda kekuasaan Allah) dan mereka memiliki telinga (tapi) tidak dipergunakannya untuk mendengar (ayat-ayat Allah).

(QS. Al-A'râf: 179)

Dan, barangsiapa yang dihinakan Allah maka tidak seorang pun yang memuliakannya. **(QS. Al-Hajj: 18)**

Amal-amal mereka laksana fatamorgana di tanah yang datar.

(QS. An-Nûr: 39)

Amal-amal mereka laksana debu yang ditiup angin dengan keras pada suatu hari yang berangin kencang. **(QS. Ibrâhîm: 18)**

Dalam *Madzhab Dzâwil 'Ahât, a*l-'Aqqad menyerang komunisme dan premis atheisme yang menyebar di dunia; bahwa fitrah yang lurus akan menerima agama ini, yakni agama Islam. Sedangkan orang-orang yang cacat pikirannya, orang-orang yang terbelakang, dan orang-orang yang memiliki cara berpikir yang busuk dan pendek, akan sangat mungkin melakukan kekafiran.

Dan, hati mereka telah dikunci mati, maka mereka tidak mengetahui (kebahagiaan beriman dan berjihad). **(QS. At-Taubah: 87)**

Atheisme adalah penyimpangan terhadap fitrah nalar manusia. Ini sama dengan apa yang dilakukan oleh anak kecil dalam dunia mereka. Atheisme merupakan dosa paling besar yang pernah dikenal sejarah. Oleh sebab itulah Allah berfirman,

Apakah ada keragu-raguan terhadap Allah. **(QS. Ibrâhîm: 10)**

Artinya, masalah ini sudah tidak ada lagi yang diragukan. Masalahnya sudah sangat jelas. Bahkan, Ibnu Taimiyyah pernah mengatakan, "Tidak ada yang mengingkari Allah secara terang-terangan, kecuali Fir'aun. Padahal di dalam hatinya, dia mengakui keberadaan Allah. Oleh sebab itulah Musa mengatakan:

Musa menjawab: "Sesungguhnya kamu telah mengetahui, bahwa tiada yang menurunkan mukjizat-mukjizat itu, kecuali Rabb yang memelihara langit dan bumi sebagai bukti-bukti yang nyata: dan sesungguhnya aku mengira kamu, hai Fir'aun seorang yang akan binasa. **(QS. Al-Isrâ` : 102)**

Namun pada detik-detik terakhir kehidupannya Fir'aun meneriakkan apa yang terpendam di dalam hatinya selama ini:

Saya percaya bahwa tiada Rabb melainkan Rabb yang dipercayai oleh Bani Israel, dan saya termasuk orang-orang yang berserah diri (kepada Allah). **(QS. Yûnus: 90)**

Iman: Jalan Menuju Keselamatan

Saya mendapatkan sebuah hakikat dalam buku berjudul "*Allah Menampakkan Diri-Nya di Abad Ilmu Pengetahuan*" dan buku "*Kedokteran Sebagai Mihrab Keimanan*". Hakikat itu adalah bahwa yang paling banyak membantu seorang hamba untuk lepas dari keresahan dan kegelisahannya adalah keimanan terhadap Allah dan sikap menyerahkan semua perkaranya kepada-Nya.

Dan, aku menyerahkan urusanku kepada Allah. **(QS. Al-Mu` min: 44)**

Tidak ada sesuatu musibah pun yang menimpa seseorang, kecuali dengan izin Allah. Dan Barangsiapa yang beriman kepada Allah, niscaya Dia akan memberi petunjuk kepada hatinya. **(QS. At-Taghâbun: 11)**

Orang yang menyadari bahwa semua ini berjalan berdasarkan ketentuan dalam *qadha'* dan *qadar*, maka Allah akan menunjukkan hatinya untuk menerima dengan penuh keridhaan dan berserah diri.

Dan, membuang dari mereka beban-beban dan belenggu-belenggu yang ada pada mereka. **(QS. Al-A'râf: 157)**

Ketahuilah, aku banyak ditimpa musibah (dari Allah),

karena sebelumku telah banyak juga yang tertimpa.

Para penulis Barat yang terkenal seperti Kersey Merson, Alexis Carlyle, dan Dale Carnegie mengakui bahwa yang bisa menyelamatkan Barat yang materialis yang kini telah ambruk itu adalah keimanan kepada Allah. Mereka menyebutkan bahwa penyebab utama dan rahasia terbesar dari terjadinya tindakan bunuh diri yang kini menjadi fenomena di Barat adalah kekafiran dan keberpalingan orang-orang Barat dari Allah *Rabb* semesta alam.

Mereka akan mendapatkan siksa yang pedih karena mereka melupakan hari perhitungan. **(QS. Shâd: 26)**

Barangsiapa yang menyekutukan Allah dengan sesuatu, maka adalah dia seolah-olah jatuh dari langit dan disambar oleh burung, atau diterbangkan angin ke tempat yang jauh. **(QS. Al-Hajj: 31)**

Harian *Asy-Syarq al-Awsath* (edisi 21/4/1415 H) mengutip catatan harian istri mantan Presiden Amerika, George Bush, bahwa dia berkali-kali berusaha untuk melakukan bunuh diri. Dia mengendarai mobilnya menuju sebuah jurang sengaja untuk menemui kematiannya. Dan, pernah juga berusaha gantung diri.

Quzman ikut terjun dalam peperangan Uhud bersama-sama kaum muslimin. Dia bertempur mati-matian. Orang-orang pun berkata: "Selamat, dia akan mendapatkan surga." Tapi Rasulullah membantah, "Sesungguhnya dia adalah ahli neraka." Ketika lukanya bertambah parah, dia tidak sabar. Akhirnya dia bunuh diri dengan menggunakan pedangnya sendiri.

Yaitu orang-orang yang telah sia-sia perbuatannya dalam kehidupan dunia ini, sedangkan mereka menyangka bahwa mereka berbuat baik sebaik-baiknya. **(QS. Al-Kahfi: 104)**

Dan, barangsiapa yang berpaling dari peringatanku, maka sesungguhnya baginya penghidupan yang sempit. **(QS. Thâhâ: 124)**

Hal-hal seperti ini tidak akan dilakukan oleh orang muslim, bagaimana pun keadaan yang dihadapinya. Dua rakaat dengan wudhu', khusyu', dan tunduk adalah jaminan untuk mengakhiri semua keresahan, kesengsaraan, dan depresi ini.

Dan, pada waktu-waktu di malam hari dan pada waktu-waktu di siang hari, supaya kamu merasa senang. **(QS. Thâhâ: 130)**

Al-Qur'an sebenarnya bertanya-tanya tentang umat manusia, tentang penyimpangan, dan kesesatannya. Allah berfirman,

Mengapa mereka tidak mau beriman. **(QS. Al-Insyiqâq: 20)**

Apa yang membuat mereka kembali tidak beriman. Padahal jalannya sudah jelas, *hujjah*-nya telah demikian lengkap, dalilnya pun sangat tegas, dan kebenaran pun telah tampak:

Kami akan memperlihatkan kepada mereka tanda-tanda (kekuasaan) Kami di seluruh ufuk dan pada diri mereka sendiri, sehingga jelaslah bagi mereka bahwa al-Qur'an itu adalah benar. **(QS. Fushshilat: 51)**

Akan tampak bagi mereka bahwa; Muhammad itu benar dan jujur, bahwa Allah berhak untuk disembah, bahwa Islam itu sebagai agama yang sempurna yang berhak untuk dianut oleh sekalian manusia.

Barangsiapa yang menyerahkan dirinya kepada Allah, sedang dia orang yang berbuat kebaikan, maka sesungguhnya ia telah berpegang teguh pada tali buhul yang kokoh. **(QS. Luqmân: 22)**

Orang Kafir pun Berkelas-kelas

Dalam catatan harian George Bush yang berjudul *Moving Ahead* dia menyebutkan bahwa dia melihat jenazah Presiden Brezhnev (presiden Uni Soviet) di Moskow. Katanya, "Saya melihat jenazahnya hitam legam, tidak ada keimanan dan tidak ada ruh." Bush bisa bicara seperti ini karena Bush adalah seorang Kristen, sedangkan Brezhnev adalah seorang atheis.

Dan, sesungguhnya kamu dapati orang-orang yang paling dekat persahabatannya dengan orang-orang yang beriman ialah orang-orang yang berkata: "Sesungguhnya kami ini orang-orang Nasrani." **(QS. Al-Mâ` idah: 82)**

Coba perhatikan, bagaimana orang seperti ini bisa mengetahui bahwa mereka itu menyimpang, padahal dirinya sendiri tidak berada dalam jalan yang lurus. Jawabannya, masalahnya berada di tataran yang sangat relatif. Pertanyaannya kemudian, bagaimana jika Bush tahu Islam, agama Allah yang benar?

> *Dan, barangsiapa mencari agama selain agama Islam, maka sekali-kali tidaklah akan diterima (agama) itu daripadanya dan dia di akhirat termasuk orang-orang yang rugi.* **(QS. Ali 'Imrân: 85)**

Peristiwa ini mengingatkan saya pada apa yang pernah ditulis oleh Ibnu Taimiyyah saat dia berbicara tentang salah seorang penganut aliran al-Bathaihiyah—sebuah gerakan sufi sesat. Orang itu berkata kepada Ibnu Taimiyyah, "Apa yang ada padamu sebenarnya, Ibnu Taimiyyah? Bila kami datang kepada kalian (yakni Ahlus Sunnah) wibawa kami luntur, tapi bila kami pergi ke Tartar (Mongolia yang kafir itu) wibawa kami justru muncul?"

Ibnu Taimiyyah menjawab, "Tahukah kalian perumpamaan antara kami, kalian dan orang-orang Tartar itu? Kami ibarat kuda-kuda yang berwarna putih, kalian ibarat kuda yang belang, sedangkan orang-orang Tartar itu ibarat kuda yang hitam. Jika yang belang masuk ke dalam kelompok yang hitam maka dia seakan-akan berwarna putih dan jika berkumpul dengan yang putih maka dia seakan-akan berwarna hitam. Kalian masih memiliki sedikit cahaya. Jika kalian masuk ke tengah-tengah orang kafir, maka tampaklah cahaya itu dan jika kalian datang kepada kami—orang-orang yang memiliki cahaya terbesar dan Sunnah—maka tampaklah kegelapan dan warna hitam yang ada pada kalian. Demikianlah perbandingan antara kalian, kami dan orang-orang Tartar itu."

> *Adapun orang-orang yang putih berseri mukanya, maka mereka berada dalam rahmat (surga); mereka kekal di dalamnya.* **(QS. Ali 'Imrân: 106)**

Tekad Baja

Seorang mahasiswa yang berasal dari salah satu negera Islam belajar di Barat, tepatnya di London, Inggris. Di tempat itu, ia tinggal bersama keluarga Inggris yang kafir untuk belajar bahasa. Ia seorang yang taat kepada agamanya, selalu bangun menjelang fajar untuk pergi ke tempat air dan berwudhu. Air di sana, karena pengaruh cuaca, sangat dingin. Setelah

itu dia pergi ke tempat shalatnya, untuk bersujud, ruku', bertasbih, dan bertahmid kepada *Rabb*-nya. Dalam keluarga itu terdapat seorang nenek tua yang selalu memperhatikan apa yang dilakukan oleh mahasiswa ini. Setelah beberapa hari, nenek itu bertanya, "Apa yang engkau lakukan?"

Mahasiswa itu menjawab, "Agamaku memerintahkanku untuk melakukan ini."

Si nenek itu bertanya lagi, "Mengapa tidak kau tunda waktunya untuk beberapa saat agar Anda bisa lebih menikmati tidurmu?"

Mahasiswa itu menjawab, "Tapi *Rabb*-ku tidak akan menerima jika aku menangguhkan waktu shalat dari waktu yang telah ditentukan."

Si nenek pun menganggukkan kepalanya dan berkomentar, "Sebuah tekad yang mampu menghancurkan besi baja."

> *Laki-laki yang tidak dilalaikan oleh perniagaan dan tidak (pula) oleh jual beli dari mengingat Allah.* **(QS. An-Nûr: 36)**

Kekuatan seperti itu merupakan tekad yang berawal dari keimanan, kekuatan yang berasal dari keyakinan, dan daya yang bersumber dari tauhid. Tekad seperti inilah yang telah memberi inspirasi kepada para penyihir Fir'aun. Mereka terketuk untuk beriman kepada Allah *Rabb* alam semesta ketika mereka terlibat dalam pertarungan antara Musa dan Fir'aun. Mereka berkata kepada Fir'aun,

> *Mereka berkata: "Kami sekali-kali tidak akan mengutamakan kamu daripada bukti-bukti yang nyata (mukjizat), yang telah datang kepada kami dan dari Rabb yang telah menciptakan kami; maka putuskanlah apa yang hendak kamu putuskan."* **(QS. Thâhâ: 72)**

Ini merupakan tantangan yang jarang didengar. Mereka terpanggil untuk menyampaikan risalah ini dengan memanfaatkan momentum itu dan untuk menyampaikan pesan yang benar dan kuat itu kepada seorang yang kafir dan kejam ini.

Habib ibn Zaid pernah mencoba menemui Musailamah al-Kadzdzab untuk mengajaknya kembali ke tauhid. Namun Musailamah malah mencincang tubuhnya. Diperlakukan seperti itu, Habib sama sekali tidak mengerang, berteriak, dan sama sekali tidak gentar hingga akhirnya menemui ajalnya sebagai seorang syahid.

> *Dan, orang-orang yang menjadi saksi di sisi Rabb mereka. Bagi mereka pahala dan cahaya mereka.* **(QS. Al-Hadîd: 11)**

Saat Khubaib ibn Adi diangkat ke tiang gantungan dia malahan bersenandung:

Aku tidak peduli ketika aku terbunuh sebagai muslim
di mana saja kematianku tetap di jalan Allah.

Fitrah [yang Diciptakan] Allah

Ketika kegelapan menjadi semakin pekat, ketika petir menyambar-nyambar, dan angin bertiup kencang, maka fitrah manusia pun tergugah:

> *Datanglah angin badai, dan (apabila) gelombang dari segenap penjuru menimpanya, dan mereka yakin bahwa mereka telah terkepung (bahaya), maka mereka berdoa kepada Allah dengan mengikhlaskan ketaatan kepada-Nya.*
> **(QS. Yûnus: 22)**

Ayat ini tidak berlaku bagi seorang muslim yang selalu berdoa kepada *Rabb*-nya, baik dalam keadaan sulit atau dalam keadaan lapang.

> *Maka kalau sekiranya dia tidak termasuk orang-orang yang banyak mengingat Allah, niscaya ia akan tetap tinggal di perut ikan itu sampai hari berbangkit.* **(QS. Ash-Shâffat: 143-144)**

Umumnya, orang memohon kepada Allah ketika dia sangat membutuhkan, dia melakukannya dengan sangat khusyu'. Dan, ketika semua yang dia harapkan telah tercapai, dia pun berpaling dan menjauh dari Allah. Tapi Allah tidak mungkin bisa dipermainkan seperti anak kecil, dan tidak mungkin pula ditipu.

> *Sesungguhnya orang-orang munafik itu menipu Allah, dan Allah akan membalas tipuan mereka.* **(QS. An-Nisâ` : 142)**

Orang-orang yang berserah diri kepada Allah hanya pada saat-saat terjepit saja tak lebih seperti "murid-murid" si sesat dan kafir yang bernama Fir'aun itu. Ungkapan berserah diri yang harus dikatakan, "Sudah terlambat."

> *Apakah sekarang (baru kamu percaya), padahal sesungguhnya kamu telah durhaka sejak dahulu dan kamu termasuk orang-orang yang berbuat kerusakan.* **(QS. Yûnus: 91)**

Saya mendengar sendiri sebuah siaran radio Inggris yang memberitakan bahwa tatkala Irak menduduki Kuwait, Margareth Thatcher, Perdana Menteri Inggris, yang ketika itu sedang berada di Colorado, Amerika Serikat, langsung menuju gereja dan sujud.

Saya menafsirkan fenomena ini sebagai tergugahnya kesadaran fitrah orang-orang seperti itu kepada Penciptanya, meski mereka berada dalam kekufuran dan kesesatan yang nyata. Mengapa semua itu terjadi? Karena, jiwa memang diciptakan untuk beriman kepada Allah. *"Setiap anak dilahirkan dalam keadaan fitrah. Maka kedua orang tuanyalah yang membuat mereka menjadi Yahudi, Kristen atau menjadikan mereka Majusi."* **(Al-Hadîts)**

Jangan Bersedih Karena Ditangguhkannya Rezeki

Orang yang tidak sabar menunggu datangnya rezeki dan selalu gundah karena semua kesenangannya tidak kunjung tiba adalah seperti makmum yang mendahului imam, padahal tahu bahwa ia hanya boleh salam setelah imam melakukannya. Segala permasalahan manusia dan rezeki itu sudah ditentukan, dan sudah selesai lima puluh ribu tahun sebelum adanya penciptaan itu sendiri.

> *Telah pasti datangnya ketetapan Allah, maka janganlah kamu meminta-minta agar disegerakan.* **(QS. An-Nahl: 1)**

> *Dan, jika Allah menghendaki kebaikan bagi kamu, maka tidak ada yang dapat menolak karunia-Nya.* **(QS. Yûnus: 107)**

Umar sendiri pernah berdoa, "Ya Allah, aku berlindung kepada-Mu dari kekejaman orang-orang yang durjana dan kelemahan orang-orang yang bisa dipercaya." Doa ini merupakan ungkapan yang agung dan tulus. Saya sendiri telah mencermati catatan perjalanan sejarah dan saya mendapatkan kesimpulan bahwa rata-rata musuh-musuh Allah itu memiliki kesungguhan, keras, tekad dan ambisi. Aneh bin ajaib, memang. Ironisnya, kaum muslimin sendiri bermalas-malasan, loyo, bergantung kepada yang lain, dan tidak semangat. Hanya Allah yang tahu. Tapi setidaknya, saya benar-benar memahami kedalaman makna ungkapan Umar di atas.

Libatkan Diri Anda Dalam Pekerjaan yang Bermanfaat

Walid ibn Mughirah, Umayyah ibn Khalaf, dan al-'Ash ibn Wail telah membelanjakan hartanya untuk memerangi risalah dan melawan kebenaran.

> *Mereka akan menafkahkan harta itu, kemudian menjadi sesalan bagi mereka, dan mereka akan dikalahkan.* **(QS. Al-Anfâl: 36)**

Namun kebanyakan kaum muslimin justru kikir dengan harta mereka, sehingga tidak terbangun menara keutamaan dan tugu keimanan.

> *Dan, barangsiapa yang kikir maka sesungguhnya dia kikir terhadap dirinya sendiri.* **(QS. Muhammad: 38)**

Demikianlah gambaran tekad kuat para durjana dan kelemahan orang-orang yang bisa dipercaya.

Dalam memoar Golda Mayer, mantan Perdana Menteri Israel yang berjudul *Malice,* disebutkan bahwa dalam satu fase hidupnya dia harus bekerja selama enam belas jam tanpa istirahat demi memperjuangkan prinsip-prinsipnya yang sesat dan pikiran-pikirannya yang menyimpang itu, hingga akhirnya berhasil melahirkan negara Israel bersama-sama dengan Ben Gurion.

Saya sendiri sering menyaksikan generasi kaum muslimin yang sama sekali tidak pernah berbuat, meski hanya satu jam saja. Mereka larut dalam main, makan, minum, tidur, dan menghabiskan waktu percuma.

> *Apakah sebabnya apabila dikatakan kepada kamu: "Berangkatlah (untuk berperang) pada jalan Allah" kamu merasa berat dan ingin tinggal di tempatmu?* **(QS. At-Taubah: 38)**

Umar adalah sosok yang sangat giat bekerja siang malam. Dia hanya menyempatkan tidur sebentar. Sampai-sampai keluarganya menegurnya, "Engkau tidak tidur?"

Tapi teguran itu dijawab oleh Umar, "Jika aku tidur di malam hari maka sia-sialah diriku, dan jika aku tidur di siang hari maka sia-sialah rakyatku."

Dalam memoar seorang tiran, Moses Dayan, yang berjudul *The Sword and Rule* dituliskan bahwa dia harus terbang dari satu negara ke negara yang lain, dari kota satu ke kota yang lain, siang dan malam, terang-terangan dan sembunyi-sembunyi, harus menghadiri berbagai pertemuan, mengadakan konferensi, mengatur kesepakatan dan perjanjian, dan tak

lupa menulis dalam catatannya. Sayang sekali memang, orang seperti dia, justru bisa menunjukkan keuletan seperti ini. Sebaliknya, kebanyakan kaum muslimin justru menunjukkan kemalasannya. Inilah gambaran nyata tentang tekad orang durjana dan kelemahan orang yang bisa dipercaya.

Umar ibn Khaththab telah menyatakan "perang" terhadap semua bentuk pengangguran, kemalasan, dan ketidakgiatan. Bahkan Umar pernah menarik keluar para pemuda yang diam di dalam masjid dan tidak melakukan apa-apa. Umar memukuli mereka dan berkata, "Keluar kalian, cari rezeki! Langit tidak akan menurunkan emas dan perak."

Kemalasan dan ketidakgiatan hanya akan melahirkan pikiran-pikiran yang negatif, kesengsaraan, penyakit kejiwaan, kerapuhan jaringan syaraf, keresahan, dan kegundahan. Sedangkan kerja dan semangat akan mendatangkan kegembiraan, suka cita, dan kebahagiaan.

Segala kecemasan, keresahan, kegundahan, syaraf dan jiwa, serta penyakit-penyakit intelektual akan berakhir bila masing-masing kita menjalankan peranannya dalam hidup ini. Sehingga, semua lapangan kerja menjadi ramai. Pabrik-pabrik menjadi produktif, tempat-tempat kerja akan sibuk, lembaga-lembaga sosial dan dakwah dibuka kembali, serta pusat-pusat kegiatan budaya dan ilmiah marak di mana-mana. Firman Allah,

"Katakanlah: 'Bekerjalah kamu sekalian'."

"Menyebarlah di permukaan bumi."

"Bersegeralah!"

"Cepat-cepatlah."

Juga sabda Rasulullah, *"Sesungguhnya Nabi Allah Daud makan dari hasil kerja tangannya."*

Al-Rasyid pernah menulis buku yang berjudul *Shinâ'atul Hayat* (Merancang Kehidupan). Dalam buku ini ia mengupas banyak tentang masalah ini dan menyebutkan bahwa banyak orang yang tidak memainkan peran yang seharusnya mereka perankan dalam kehidupan ini.

Mereka hidup, tapi seperti orang yang sudah mati. Mereka tidak menangkap apa rahasia di balik kehidupan mereka. Mereka tidak melakukan yang terbaik untuk masa depan, umat, maupun diri mereka sendiri.

Mereka rela berada bersama orang-orang yang tidak pergi berperang.

(QS. At-Taubah: 87, 93)

Tidaklah sama antara mukmin yang duduk (yang tidak turut berperang) yang tidak mempunyai udzur dengan orang yang berjihad di jalan Allah.
(QS. An-Nisâ` : 94)

Seorang perempuan kulit hitam yang menyapu masjid Rasulullah telah memainkan perannya dalam kehidupan. Dan, dengan peran yang dimainkan itu dia masuk surga.

Sesungguhnya, wanita budak yang mukmin lebih baik dari wanita musyrik walaupun dia menarik hatimu. **(QS. Al-Baqarah: 221)**

Demikian pula budak yang membuat mimbar Rasulullah, telah melakukan apa yang seharusnya dia lakukan. Dia memperoleh pahala atas apa yang dilakukan, karena memang bakatnya di bidang pertukangan.

Orang-orang yang tidak memperoleh (untuk disedekahkan) selain sekedar kesanggupannya. **(QS. At-Taubah: 79)**

Pada tahun 1985 pemerintahan Amerika Serikat mengijinkan para da'i muslim untuk mengajarkan Islam di penjara-penjara Amerika. Dan ternyata, ketika para tahanan itu sudah menerima Islam, mereka kembali ke masyarakat dan menjadi orang-orang yang baik.

Dan, apakah orang yang sudah mati, kemudian dia Kami hidupkan, dan Kami berikan kepadanya cahaya yang terang, yang dengan cahaya itu dia dapat berjalan di tengah-tengah masyarakat manusia serupa dengan orang yang keadaannya berada dalam gelap gulita yang sekali-kali tidak dapat keluar dari padanya? **(QS. Al-An'âm: 122)**

Ada dua doa agung dan bermanfaat bagi siapa saja yang menginginkan agar semua permasalahannya dimudahkan serta jiwanya dikuatkan untuk menghadapi semua kejadian yang menimpa.

Pertama, Hadits Ali yang menyebutkan bahwa Rasulullah pernah bersabda, "*Katakanlah: 'Ya Allah, berilah aku hidayah dan lancarkan perkaraku'.*" **(HR. Muslim)**

Kedua, Hadits Husein ibn Abied dari Abu Daud, Rasulullah berkata kepada Husein, "*Katakanlah: 'Ya Allah berilah saya petunjuk jalan, dan jagalah diriku dari kejahatan diriku sendiri'.*"

Jika seseorang tidak mendapat pertolongan Allah,

maka yang akan mengendalikannya adalah upaya dirinya.

Menggantungkan diri kepada kehidupan dunia, merindukan kehidupan kekal di dunia, lebih mencintai kehidupan dunia, dan keengganan menghadapi kematian akan menyebabkan kesengsaraan, kesesakan di dalam dada, kelemahan, kecemasan, sulit tidur, dan kedunguan. Allah s.w.t. mencela orang-orang Yahudi yang terlalu menggantungkan diri pada kehidupan dunia. Allah berfirman,

Dan, sungguh kamu akan mendapati mereka, manusia yang paling loba pada kehidupan (dunia), bahkan (lebih loba lagi) dari orang-orang musyrik. Masing-masing mereka ingin agar diberi umur seribu tahun, padahal umur panjang itu sekali-kali tidak akan menjauhkannya dari siksa. Allah Maha Mengetahui apa yang mereka kerjakan. **(QS. Al-Baqarah: 96)**

Ada beberapa hal yang perlu digaris-bawahi dari ayat di atas. Pertama, bentuk kata *h̲ayat* yang disebutkan dalam bentuk *nakirah* (indifinite), dimaksudkan sebagai bentuk kehidupan yang lebih umum, baik kehidupan binatang maupun kehidupan tumbuhan.

Kedua, pemilihan kata *alfa sanah,* didasarkan pada kebiasaan orang-orang Yahudi yang bila bertemu dengan orang Yahudi lainnya, maka dia akan mengatakan, "Hiduplah pagi ini hingga seribu tahun lagi." Allah menyebutkan secara eksplisit bahwa mereka menginginkan umur yang panjang. Namun seandainya mereka benar-benar bisa hidup seribu tahun lagi, maka kemana akhirnya mereka? Tempat kembali mereka adalah neraka yang menyala-nyala.

Dan, sesungguhnya siksaan akhirat lebih menghinakan, sedang mereka tidak diberi pertolongan. **(QS. Fushshilat: 16)**

Sungguh indah ungkapan orang Arab, "Tidak ada keresahan, dan Allah akan senantiasa diseru."

Maksudnya, di sana ada *Rabb* di langit yang selalu diseru dengan doa-doa dan dimintakan kebaikan. Tetapi mengapa Anda harus bersedih di muka bumi? Bila Anda telah menyerahkan keresahan kepada *Rabb*-mu, maka Dia pasti akan menghilangkannya.

Atau, siapakah yang memperkenankan (doa) orang yang dalam kesulitan apabila ia berdoa kepada-Nya, dan yang menghilangkan kesusahan?
(QS. An-Naml: 62)

Dan, apabila hamba-hamba-Ku bertanya kepadamu tentang Aku, maka (jawablah) bahwasanya Aku adalah dekat. Aku mengabulkan permohonan orang yang berdoa apabila ia memohon kepada-Ku.

(QS. Al-Baqarah: 186)

Bagi yang sabar ada jaminan: hajatnya dikabulkan,
dan bagi yang rajin mengetuk pintu, akan dibukakan.

Dalam Hidup Anda Ada Detik-detik yang Berharga

Ada dua pengalaman yang paling berkesan, yang pernah ditulis oleh Syaikh Ali ath-Thanthawy dalam memoarnya.

Pertama, ketika menceritakan tentang dirinya yang hampir tenggelam di tepi pantai Beirut saat berenang, dan hampir tewas. Tubuhnya digotong orang-orang yang menolongnya ke tepi dalam keadaan tidak sadar. Pada saat itu, dia betul-betul berserah diri total kepada Sang Maha Pencipta. Dia bertekad bahwa seandainya dia dikembalikan ke dalam kehidupannya walau hanya sesaat, maka dia akan memperbaharui iman dan amal salehnya. Dan, alhasil, ia pun sampai pada puncak keimanan.

Kedua, ketika menceritakan bahwa ia pernah bersama-sama kafilah dari Suriah yang bermaksud beribadah ke Baitullah. Tapi ketika sampai di gurun Tabuk, kafilah itu tersesat dan terkatung-katung selama tiga hari. Bekal makanan dan minuman pun sudah habis, hingga mereka hampir mati kelaparan dan kehausan. Kemudian, dia berdiri dan berkhutbah di tengah-tengah rombongan itu, menyampaikan pesan tauhid dengan cukup semangat dan mengena. Dia sendiri sampai menangis, juga yang lain. Saat itu, dia merasa bahwa imannya meningkat. Dia sudah pasrah bahwa yang bisa menolong dan menyelamatkan mereka hanyalah Allah.

Semua yang ada di langit dan di bumi selalu meminta kepada-Nya. Setiap waktu Dia dalam kesibukan. **(QS. Ar-Rahmân: 29)**

Dalam ayat lain Allah berfirman,

Dan, berapa banyaknya nabi yang berperang bersama-sama mereka sejumlah besar dari pengikut(nya) yang bertakwa. Mereka tidak menjadi lemah, karena bencana yang menimpa mereka di jalan Allah, dan tidak lesu dan tidak (pula) menyerah (kepada musuh). Allah menyukai orang-orang yang sabar.

(QS. Ali 'Imrân: 146)

Allah sangat mencintai orang-orang mukmin yang kuat dan mampu menantang musuh-musuhnya dengan kesabaran serta keuletan. Tidak mudah loyo, tapi selalu bersemangat dalam berjuang, dan pantang menyerah. Semua ini adalah konsekuensi bagi mereka yang beriman kepada *Rabb*, rasul, dan agamanya. *"Orang mukmin yang kuat lebih dicintai Allah daripada yang lemah, dan dalam setiap mereka ada kebaikan."* **(Al-Hadîts)**

Suatu saat jemari Abu Bakar terluka. Kepada jari itu ia berkata, "Engkau tak lebih dari satu jari yang terluka, yang jika bukan karena Allah tentu tidak akan aku lakukan."

Abu Bakar pernah memasukkan tangannya ke dalam gua, sebelum mereka bersembunyi, untuk memastikan gua itu aman dimasuki Rasulullah. Ternyata di dalamnya terdapat kalajengking. Jari Abu Bakar pun disengatnya. Rasulullah lalu membacakan doa untuk jari yang disengat itu, dan dengan izin Allah, sembuh seketika.

Seorang lelaki pernah bertanya kepada Antarah, "Apa rahasia keberanianmu, engkau dikenal dengan kemampuanmu mengalahkan jagoan?"

Antarah tidak menjawab secara langsung, "Masukkan jarimu ke dalam mulutku, dan masukkan jariku ke dalam mulutmu." Orang itu pun memasukkan jarinya ke mulut Antarah, dan sebaliknya, jari Antarah dimasukkannya ke dalam mulutnya. Dalam waktu bersamaan, keduanya sama-sama menggigit jari yang ada dalam mulut masing-masing. Dan, orang itu pun berteriak-teriak kesakitan, tidak kuat menahan gigitan Antarah. Maka, Antarah pun mengeluarkan jari orang itu dari mulutnya. "Dengan ini aku bisa mengalahkan para jagoan," tambahnya. Maksud dari ucapan Antarah itu adalah bahwa resep mengalahkan jagoan adalah dengan kesabaran dan ketahanan tubuh.

Di antara banyak hal yang membuat orang mukmin itu senang adalah perasaan bahwa kebaikan, kasih sayang, dan ampunan Allah itu sangat dekat dengan dirinya. Dengan kadar keimanannya, dia bisa merasakan pengawasan dan perlindungan-Nya. Alam semesta, semua makhluk hidup, benda-benda mati, burung-burung, dan binatang merayap, merasa bahwa mereka memiliki *Rabb*, Yang Menciptakan, dan Yang Memberi rezeki.

Dan, tidak ada suatu pun melainkan bertasbih dengan memuji-Nya, tetapi kamu sekalian tidak mengerti tasbih mereka. **(QS. Al-Isrâ` : 44)**

Ya Rabb-ku, pujiku, tidak ada yang pantas dipuji selain Engkau,

wahai Dzat Yang Berkuasa atas semua makhluk, mereka bergantung kepada-Mu...

Di negeri kami, ketika para petani melempar biji-bijian dengan tangan-tangan mereka di tanah yang telah dibajak, mereka bergumam, "Biji-bijian yang kering, di negeri yang kering, semuanya berada di tangan-Mu, wahai Pencipta langit dan bumi."

Maka, terangkanlah kepadaku tentang apa yang kamu tanam? Kamukah yang menumbuhkannya, ataukah Kami yang menumbuhkannya?

(QS. Al-Wâqi'ah: 63-64)

Gambaran ini menunjukkan bahwa pada diri para petani tadi ada kecenderungan bertauhid dan menghadapkan diri kepada Sang Pencipta, Yang Maha Suci dan Maha Tinggi.

Seorang pembicara yang fasih, Abdul Hamid Kisyk—yang tuna netra—berdiri di atas mimbar. Di atas mimbar dia mengeluarkan pelepah kurma yang bertuliskan: *ALLAH*, dengan jenis huruf (baca: kaligrafi) Kufi yang sangat indah. Setelah itu ia berseru kepada hadirin,

"Lihatlah pohon itu, yang memiliki cabang-cabang hijau

Siapa yang menumbuhkannya dan menghiasinya dengan

warna hijau itu?

Tak lain adalah Allah, yang kekuasaan-Nya tak terjangkau.

Dan, para hadirin pun menangis dibuatnya."

Dia adalah Pencipta langit dan bumi. Tanda-tanda kekuasaan-Nya terpampang luas di alam semesta, dan semua itu hendak mengatakan tentang kekuasaan, kemandirian, *rubûbiyah*, dan *ulûhiyah*-Nya.

Ya Rabb kami, tidaklah Kau ciptakan ini dengan sia-sia.

(QS. Ali 'Imrân: 191)

Di antara tiang-tiang yang mendukung kebahagiaan dan ketenangan jiwa adalah kesadaran bahwa di sana ada *Rabb* yang menyayangi, mengampuni dan memaafkan orang yang memohon maaf. Karena itu, bergembiralah dengan rahmat *Rabb* yang luasnya meliputi langit dan bumi. Allah berfirman,

Dan, rahmat-Ku meliputi segala sesuatu. **(QS. Al-A'râf: 156)**

Sungguh agung kebaikan-Nya. Dalam sebuah hadits sahih disebutkan bahwa seorang Arab Badui tengah melakukan shalat berjamaah bersama Rasulullah. Pada saat *tasyahhud*, orang ini berkata, "Ya Allah, berikanlah rahmat-Mu kepadaku dan kepada Muhammad. Dan janganlah Engkau berikan rahmat-Mu kepada selain kami." Seusai shalat Rasulullah berkata kepada orang Badui tersebut, *"Engkau telah membuat sesuatu yang luas menjadi sempit."* Sesungguhnya rahmat Allah itu meliputi segala sesuatu.

Dan, Dia Maha Penyayang kepada orang-orang yang beriman.

(QS. Al-Ahzâb: 43)

Setelah perang, seorang ibu yang menjadi tawanan lari di antara para sahabat dengan memeluk erat dan melindungi anaknya. Melihat itu, Rasulullah bersabda, *"Allah lebih menyayangi hamba-hamba-Nya daripada [ibu anak] ini kepada anaknya."*

Diceritakan dalam sebuah Hadits Qudsy bahwa ada seseorang yang takut sekali terhadap azab Allah. Sebelum meninggal, ia berpesan kepada keluarga untuk membakar jasadnya dan menyebarkan abunya di tanah, karena saking takutnya kepada azab Allah. Tapi kemudian Allah mengumpulkan abu itu dan bertanya, *"Wahai hamba-Ku, apa yang membuatmu melakukan ini semua?"* Orang itu menjawab, "Wahai *Rabb*-ku, aku takut kepada-Mu dan aku takut akan dosa-dosaku." Dan, Allah pun memasukkannya ke surga.

Dan, adapun orang-orang yang takut kepada kebesaran Rabb-nya dan menahan diri dari keinginan hawa nafsunya, maka sesungguhnya surgalah tempat tinggalnya. **(QS. An-Nâzi'ât: 40-41)**

Allah menghisab seseorang yang berbuat melebihi batas, tapi ia mentauhidkan Allah. Tak ada satu pun kebaikan pada dirinya. Pekerjaannya selama di dunia adalah berdagang dan meleburkan hutang orang susah dan tidak mampu membayar. Maka Allah pun berkata, *"Aku lebih berhak untuk dermawan daripada engkau. Ampunilah dia!"* Dan Allah pun memasukkannya ke dalam surga.

Dan, Yang kuinginkan akan mengampuni kesalahanku pada hari Kiamat. **(QS. Asy-Syu'arâ` : 82)**

Janganlah kamu berputus asa dari rahmat Allah. **(QS. Az-Zumar: 53)**

Muslim meriwayatkan bahwa Rasulullah sedang melakukan shalat berjamaah. Seusai shalat, ada seseorang berdiri dan berkata, "Saya berhak dijatuhi hukuman, maka jatuhkanlah hukuman itu padaku!"

Rasulullah bertanya, *"Apakah tadi engkau shalat bersama kami?"*

"Ya," jawab orang itu.

Rasulullah pun berkata, *"Pergilah, Allah telah mengampuni dosamu."*

Dan, barangsiapa yang mengerjakan kejahatan dan menganiaya dirinya, kemudian dia memohon ampunan kepada Allah, niscaya ia mendapati Allah Maha Pengampun lagi Maha Penyayang. **(QS. An-Nisâ` : 110)**

Ada kasih sayang tersembunyi yang melindungi hamba dari segala arah. Yang memiliki kasih sayang tersembunyi itu adalah Allah, *Rabb* alam semesta, yang telah menyelamatkan Muhammad dengan bersembunyi di dalam gua, yang menyayangi *ashâbul kahfi* di dalam gua, yang memberikan jalan keluar terhadap 'tiga orang yang terjebak di dalam gua', yang menyelamatkan Ibrahim dari panasnya api, yang tidak menenggelamkan Musa, yang menyelamatkan Nuh dari air bah, yang menyelamatkan Yûsuf dari pengapnya sumur, dan yang menyelamatkan Ayyub dari penyakit yang tidak sembuh-sembuh.

Rehat

Dari Ummu Salamah disebutkan, bahwa Rasulullah pernah bersabda, *"Tidaklah seorang mukmin ditimpa sebuah musibah dan dia mengucapkan, 'Innâ lillâhi wa innâ ilaihi râji'ûn,' (Ya Allah, berilah aku ganjaran dari musibah yang menimpaku dan gantikan bagiku sesuatu yang lebih baik darinya) kecuali Allah akan menggantikannya dengan sesuatu yang lebih baik darinya."*

Seorang penyair berkata,

"Sahabatku, demi Allah, tiada satu bencana

akan terus menimpa seseorang, betapapun besarnya.

Jika suatu hari dia datang, jangan tunduk kepadanya,

dan jangan banyak mengeluh, sebab sandal saja bisa terpeleset.

Banyak orang mulia ditimpa musibah tapi dia sabar,

dan musibah-musibah itu pun akan menghilang dengan sendirinya

Hari-hari demikian bangga atas diriku,

namun tatkala melihat kesabaranku dia pun layu."

Seorang penyair yang lain berkata,

"Dadaku menjadi sesak karena keresahan sebuah peristiwa,
namun mungkin saja kesusahan itu akan menjadi kebaikan.
Banyak hari yang diawali dengan kesuntukan,
dan pada akhirnya menjadi keindahan dan ketenteraman.
Tak pernah aku merasa sempit karena kesuntukan
kecuali akan datang sendiri jalan keluar untukku."

Pekerjaan yang Baik Adalah Jalan Menuju Kebahagiaan

Di halaman pertama koleksi Hatim Ath-Thai, saya melihat satu kata yang sangat indah. Bunyinya: Jika dengan meninggalkan kejelekan telah kau anggap cukup, maka tinggalkanlah (kejelekan itu)!.

Artinya, jika diam bisa membuat Anda terhindar dari kejelekan dan Anda bisa menjauhinya, maka itu sudah cukup.

Maka berpalinglah dari mereka. **(QS. An-Nisâ` : 62)**

Janganlah kau hiraukan gangguan mereka. **(QS. Al-Ahzâb: 48)**

Senang melakukan kebaikan terhadap sesama merupakan sebuah karunia *Rabbani*, dan sebuah pemberian yang penuh berkah dari Allah.

Ketika membicarakan nikmat Allah yang ada padanya, Ibn 'Abbas berkata, "Dalam diriku ada tiga keistimewaan. Tidaklah hujan turun ke muka bumi, kecuali aku akan memuji Allah dan bergembira dengannya, meski aku sendiri tidak punya kambing dan unta. Tidaklah aku mendengar seorang hakim yang berlaku adil, kecuali aku akan senantiasa mendoakannya kepada Allah, walaupun aku tidak tersangkut sebuah perkara yang diputuskannya. Dan, tidaklah aku mengetahui satu ayat saja dari kitab Allah, kecuali aku inginkan orang lain juga mengetahui apa yang aku ketahui."

Pernyataan Ibn 'Abbas di atas merupakan satu bentuk kecintaan untuk melakukan kebaikan terhadap sesama. Satu bentuk penyebaran nilai-nilai keutamaan di antara mereka. Juga, sebuah upaya untuk menyelamatkan hati mereka, dan satu nasehat untuk semua makhluk.

Seorang penyair berkata,

"Tak usahlah, hujan yang hanya turun di lingkunganku,

tapi tidak menyebar di seluruh negeri."

Artinya, jika awan tidak menyebar ke segala penjuru, dan hujan tidak turun di semua tempat, maka saya tidak menyukainya. Saya tidak ingin hujan hanya turun kepadaku saja, sebab saya tidak egois.

(Yaitu) orang-orang yang kikir, dan menyuruh orang lain untuk berbuat kikir, dan menyembunyikan karunia Allah yang telah diberikan-Nya kepada mereka. **(QS. An-Nisâ` : 37)**

Tidakkah Anda tertarik kepada ungkapan Al-Hatim saat dia berbicara tentang ruhnya yang bergelora dan tentang penciptaannya?

Demi Dzat yang hanya Dia yang mengetahui yang gaib,

dan menghidupkan tulang-tulang putih yang telah berkeping-keping.

Kuikat perutku, padahal makanan sangat menggoda

hanya karena khawatir suatu hari nanti dikatakan kikir.

Ilmu yang Bermanfaat dan yang Membahayakan

Bergembiralah Anda dengan ilmu yang mengantarkan kepada Allah.

Dan, berkata orang-orang yang diberi ilmu pengetahuan dan keimanan (kepada orang-orang yang kafir): "Sesungguhnya, kamu telah berdiam (dalam kubur) menurut ketetapan Allah, sampai hari berbangkit."

(QS. Ar-Rûm: 56)

Ada ilmu keimanan dan ilmu kafir. Allah menjelaskan tentang musuh-musuh-Nya,

Mereka hanya mengetahui yang lahir (saja) dari kehidupan dunia, sedangkan mereka lalai tentang (kehidupan) akhirat. **(QS. Ar-Rûm: 7)**

Sebenarnya, pengetahuan mereka tentang akhirat tidak sampai (kesana) malahan mereka ragu-ragu tentang akhirat itu, lebih-lebih lagi mereka buta tentangnya. **(QS. An-Naml: 66)**

Inilah sejauh-jauh pengetahuan mereka. **(QS. An-Najm: 30)**

Dan, bacakanlah kepada mereka berita orang yang telah Kami berikan kepadanya ayat-ayat Kami (pengetahuan isi Al-Kitab), kemudian dia melepaskan

diri dari ayat-ayat itu, lalu dia diikuti oleh setan (sampai dia tergoda), maka jadilah dia termasuk orang-orang yang sesat. Dan kalau Kami menghendaki, sesungguhnya Kami tinggikan (derajat)nya dengan ayat-ayat itu, tetapi dia cenderung kepada dunia dan menurutkan hawa nafsunya yang rendah, maka perumpamaannya seperti anjing, jika kami menghalaunya diulurkan lidahnya dan jika kamu membiarkannya dia mengulurkan lidahnya (juga). Demikian itulah perumpamaan orang-orang yang mendustakan ayat-ayat Kami. Maka, ceritakanlah (kepada mereka) kisah-kisah itu agar mereka berpikir.

(QS. Al-A'râf: 175-176)

Allah juga menjelaskan tentang orang-orang Yahudi dan ilmu mereka,

Adalah seperti keledai yang membawa kitab-kitab yang tebal.

(QS. Al-Jumu'ah: 5)

Dalam kitab-kitab yang tebal itu sebenarnya terdapat ilmu, tapi tidak mencerahkan, bukti yang tidak menjelaskan, dan *hujjah* (argumentasi) yang tidak bisa mematahkan keraguan. Dalam kitab-kitab tebal itu terdapat kutipan yang tidak benar, sebuah pernyataan yang bohong, sebuah petunjuk ke arah penyimpangan, dan sebuah pengarahan kepada kesesatan. Jika demikian kenyataannya, bagaimana mungkin orang-orang yang menguasai ilmu dari kitab-kitab tebal itu akan mendapatkan kebahagiaan, padahal mereka adalah orang-orang yang pertama kali berhak menginjakkan kaki kepada kebahagiaan itu?

Maka mereka lebih menyukai buta (kesesatan) dari petunjuk itu.

(QS. Fushshilat: 17)

Dan, mengatakan, "Hati kami tertutup." Bahkan, sebenarnya Allah telah mengunci mati hati mereka karena kekafirannya. **(QS. An-Nisâ` : 155)**

Banyak sekali buku-buku di *Library of Congress* di Washington, Amerika Serikat. Hampir semua disiplin ilmu ada di sana, mulai dari buku-buku yang membahas berbagai generasi, bangsa, umat, peradaban dan budaya. Sayangnya, bangsa yang memiliki perpustakaan besar seperti ini adalah umat yang kafir kepada *Rabb*-nya. Mereka hanya tahu alam yang bisa dilihat dan diindera saja. Sedangkan yang ada di belakangnya, tak pernah menyentuh pendengaran, penglihatan, hati, dan kesadaran mereka.

Kami telah memberikan kepada mereka pendengaran, penglihatan, dan hati. Tetapi pendengaran, penglihatan, dan hati mereka itu tidak beguna sedikit pun bagi mereka. **(QS. Al-Ahqâf: 26)**

Sebuah taman yang sangat hijau, sayangnya kambing yang ada di dalamnya sakit. Buah kurma yang sangat lezat, namun kekikiran begitu mengekang. Air yang sangat segar, namun terasa pahit di mulut.

Betapa banyaknya tanda-tanda (kebenaran) yang nyata, yang telah Kami berikan kepada mereka. **(QS. Al-Baqarah: 211)**

Dan, tidak satu pun ayat dari ayat-ayat Rabb sampai kepada mereka, melainkan mereka selalu berpaling daripadanya (mendustakannya). **(QS. Al-An'âm: 4)**

Perbanyak Membaca dan Merenung!

Berpengetahuan luas, menguasai banyak teori keilmiahan, berwawasan budaya, berpikir secara orisinil, memahami permasalahan dan argumentasi pijakannya, adalah sedikit dari sekian banyak faktor yang dapat membuat kelapangan di dalam hati.

Sesungguhnya, yang takut kepada Allah di antara hamba-hamba-Nya hanyalah ulama. **(QS. Fâthir: 28)**

Bahkan yang sebenarnya, mereka mendustakan apa yang mereka belum mengetahui dengan sempurna. **(QS. Yûnus: 19)**

Orang yang berpengetahuan luas adalah orang yang berpikiran bebas dan berjiwa teduh.

Akan semakin luas dengan kontribusi yang diberikan,

dan akan semakin sempit ketika merasa cukup.

Seorang pemikir Barat menyatakan, "Saya punya sebuah berkas besar di dalam laci kantor. Di bagian atasnya tertulis: 'Kebodohan-kebodohan yang saya lakukan.' Saya tuliskan semua kesalahan, keteledoran, dan hal-hal sepele yang saya lakukan pada siang dan malam hari, agar saya bisa membuang semua itu."

Komentar saya, "Anda bukan orang yang pertama melakukan itu. Para ulama terdahulu dari umat Islam telah melakukan itu dengan ber-*muhasabah* secara mendalam dan mengontrol diri secara ketat."

Dan, aku bersumpah dengan jiwa yang amat menyesali (dirinya sendiri). **(QS. Al-Qiyâmah: 2)**

Hasan Al-Bashri mengatakan, "Orang muslim itu sangat ketat melakukan *muhasabah* terhadap dirinya sendiri, lebih ketat dibandingkan kontrol seorang pedagang terhadap mitra dagangnya."

Rabi' ibn Khutsaim selalu menulis apa yang dia ucapkan dari hari Jum'at yang satu hingga hari Jum'at berikutnya. Jika apa saja yang dia ucapkan selama seminggu itu baik, maka dia akan memuji Allah. Dan jika jelek, maka dia akan ber-*istighfar*.

Seorang ulama dari kalangan *salaf* pernah berkata, "Aku pernah melakukan dosa empat puluh tahun yang lalu, dan aku pun memohon kepada Allah agar mengampuniku. Dan, aku senantiasa memohon kepada-Nya ampunan (atas dosa yang selalu membayangiku itu hingga saat ini)".

Dan, orang-orang yang memberikan apa yang telah mereka berikan, dengan hati yang takut. **(QS. Al-Mu` minûn: 60)**

Muhasabah-lah Diri Anda Sendiri

Biasakan untuk selalu membawa buku catatan untuk melakukan *muhasabah* terhadap diri sendiri. Catat hal-hal negatif yang selalu Anda kerjakan! Kemudian, mulailah mencari jalan keluar untuk menghindarinya.

Umar pernah berkata, "Lakukan *muhasabah* terhadap diri sendiri, sebelum orang lain melakukannya terhadap diri Anda. Timbanglah (amal perbuatan) dirimu, sebelum orang lain yang menimbangnya. Dan, hiaslah diri Anda untuk hari penampilan agung."

Tiga Kesalahan yang Selalu Berulang

Pertama, menyia-nyiakan waktu. Kedua, Membicarakan hal-hal yang tidak berguna. "*Di antara kualitas keislaman seseorang adalah meninggalkan hal yang tidak berguna untuk dirinya.*" **(Al-Hadîts)**

Ketiga, memberikan porsi perhatian yang terlalu besar terhadap masalah-masalah sepele. Misalnya, suka mendengarkan kabar burung, ramalan-ramalan, dan gosip-gosip. Kesenangan seperti itu hanya akan membuat orang menjadi paranoid (ketakutan), menciptakan kecemasan di dalam hati, dan melenyapkan kedamaian dari dalam hati.

Rasulullah mengajarkan kepada pamannya, Abbas, satu doa yang menghimpunkan antara kebahagiaan dunia dan akhirat: *"Ya Allah, sesungguhnya aku memohon kepada-Mu ampunan dan afiat."*

Doa ini mencakup dan melingkupi semua hal. Di dalamnya ada kebaikan dunia dan akhirat.

> *Karena itu Allah memberikan kepada mereka pahala di dunia, dan pahala yang baik di akhirat.* **(QS. Ali 'Imrân: 148)**

> *Ia tidak akan sesat dan tidak akan celaka.* **(QS. Thâhâ: 123)**

Berhati-hatilah!

Bersikap hati-hati dan berusaha yang disertai dengan tawakal kepada Allah merupakan salah satu jalan menuju kebahagiaan. Rasulullah sendiri ketika turun ke medan perang, masih harus mengenakan baju perang. Padahal kita tahu bahwa Rasulullah adalah yang terbaik di antara orang-orang yang bertawakal. Salah seorang sahabat bertanya kepadanya, "Apakah saya harus mengikat unta saya, wahai Rasulullah, atau harus bertawakal saja?" Rasulullah menjawab, *"Ikatlah untamu, dan bertawakallah."*

Berusaha dan bertawakal kepada Allah adalah prinsip tauhid. Meninggalkan usaha dan hanya bertawakal kepada Allah adalah sebuah kekeliruan dalam memahami syariat. Sedangkan berusaha saja tanpa tawakal kepada Allah adalah kekeliruan dalam memahami tauhid.

Ibnul Jauzi punya cerita berkaitan dengan masalah tawakal ini, yakni tentang seorang laki-laki yang sedang memotong kukunya. Karena tidak hati-hati maka ia memotong jarinya, dan mati.

Suatu ketika, ada seseorang masuk kandang keledai *Sardan*. Karena tidak hati-hati maka dia diseruduk oleh keledai itu, dan langsung meninggal.

Diceritakan pula bahwa Thaha Husein, penulis terkenal itu, selalu berkata kepada sopirnya, "Jangan mengendarai mobil ini terlalu cepat, agar

lebih cepat sampai ke tempat tujuan." Ini merupakan terjemahan praktis dari sebuah peribahasa yang berbunyi: "Terburu-buru itu justru sering menciptakan kelambanan."

Seorang penyair mengatakan,

"Orang yang berhati-hati akan berhasil mendapatkan keinginannya,

sedangkan yang terburu-buru mungkin akan jatuh tergelincir."

Berhati-hati sama sekali tidak berarti menentang *qadar*. Berhati-hati justru merupakan bagian dari *qadar* itu, dan bahkan inti dari *qadar* tersebut.

Berlaku lemah lembutlah. **(QS. Al-Kahfi: 19)**

Dan, Dia jadikan bagimu pakaian yang memeliharamu dari panas dan pakaian (baju besi) yang memelihara kamu dalam peperangan.
(QS. An-Nahl: 81)

Raihlah Simpati Orang Lain

Kemampuan seorang hamba untuk meraih simpati, cinta, dan empati orang lain adalah satu dari sekian cara untuk mendapatkan kebahagiaan. Nabi Ibrahim berkata,

Dan, jadikan aku buah tutur yang baik bagi orang-orang (yang datang) kemudian. **(QS. Asy-Syu'arâ` : 84)**

Menurut para ahli tafsir, kata *lisâna shidqin* dalam ayat di atas berarti pujian yang baik.

Allah juga berfirman berkaitan dengan Nabi Musa,

Dan, Aku telah melimpahkan kepadamu kasih sayang yang datang dari-Ku. **(QS. Thâhâ: 39)**

Para ahli tafsir menafsirkan *mahabbah* dalam ayat di atas sebagai pengasihan, sehingga bisa dikatakan dengan lain perkataan: Bila ada orang lain melihatmu, maka ia pasti suka kepadamu.

Dalam sebuah Hadits Sahih disebutkan: *"Kalian adalah saksi-saksi yang ada di atas bumi"*, sedangkan lidah manusia itu adalah pena kebenaran.

Dalam sebuah riwayat sahih yang lain juga disebutkan: *"Sesungguhnya Jibril menyeru penghuni langit, 'Sesungguhnya Allah mencintai Fulan, maka cintailah ia'. Maka seluruh penghuni langit pun mencintainya. Dan, ia pun ditakdirkan untuk diterima di muka bumi."*

Penampilan yang selalu ceria, tutur kata yang lembut, dan akhlak yang baik akan menumbuhkan simpati orang lain. Sikap yang lembut adalah faktor kuat untuk menarik simpati orang lain. Atas dasar itulah Rasulullah pernah bersabda, *"Tidaklah kelemahlembutan itu ada pada sesuatu, kecuali ia akan menghiasinya. Dan tidaklah kelemahlembutan itu dicabut, kecuali akan menjadi cela."*

Rasulullah juga bersabda, *"Barangsiapa tidak diberi kelemahlembutan, maka dia telah terhalang dari semua kebaikan."*

Seorang bijak bestari mengatakan, "Kelemahlembutan itu mampu menarik ular keluar dari liangnya."

Orang-orang Barat mengatakan, "Ambillah madunya, tapi jangan merusak sarangnya."

Dalam sebuah Hadits Sahih disebutkan: *"Seorang mukmin itu ibarat seekor lebah, yang makan dari makanan yang baik, menghasilkan yang baik, dan jika hinggap di atas sebuah dahan maka dia tidak merusaknya."*

Mengembaralah dan Bacalah Ayat-ayat Kekuasaan Allah

Melakukan perjalanan dari satu tempat ke tempat yang lain dan menyaksikan negara lain akan sangat menyenangkan. Penjelasan tentang hal ini sudah dibahas di atas. Allah berfirman,

> *Katakanlah: "Perhatikanlah apa yang ada di langit dan di bumi!"*
>
> **(QS. Yûnus: 101)**

> *Katakanlah: "Berjalanlah di muka bumi, kemudian perhatikanlah."*
>
> **(QS. Al-An'âm: 11)**

> *Maka, tidakkah mereka bepergian di atas bumi lalu melihat bagaimana keadaan orang-orang sebelum mereka (yang mendurhakai rasul).*
>
> **(QS. Yûsuf: 109)**

Siapa pun yang membaca catatan perjalanan Ibn Batutah—walaupun di dalamnya ada beberapa hal yang dilebih-lebihkan—dia akan kagum ter-

hadap ciptaan Allah, dan akan terheran-heran bagaimana Allah mengatur semua ini secara harmonis di alam semesta. Dia juga akan menyaksikan pelajaran-pelajaran yang sangat berharga bagi kaum mukminin. Melakukan perjalanan wisata, mengganti suasana, dan mengubah suasana tempat tinggal adalah istirahat dalam arti yang sebenarnya. Karena, di sini ia bisa membaca buku alam semesta yang terbuka luas.

Abu Tamam mengatakan tentang perjalanan dalam rangka mengembara di alam bebas,

"Di Syam ada keluargaku dan di Baghdad ada kesenanganku,

aku berada di antara keduanya. Dan Fustat adalah tetanggaku."

Allah berfirman,

Katakanlah: "Berjalanlah di muka bumi." **(QS. Al-An'âm 11)**

Maka, berjalanlah kamu (kaum musyrikin) di muka bumi. **(QS. At-Taubah: 2)**

Hingga tatkala dia telah sampai ke tempat terbenam matahari. **(QS. Al-Kahfi: 86)**

Aku tidak akan berhenti (berjalan) sebelum sampai ke pertemuan dua buah lautan, atau aku berjalan sampai bertahun-tahun. **(QS. Al-Kahfi: 60)**

Bertahajjudlah Bersama Orang-orang yang Bertahajjud

Qiyâmul lail akan menciptakan kebahagiaan jiwa dan kedamaian di dalam dada. Rasulullah telah menyebutkan di dalam Hadits Sahih bahwa seorang hamba yang bangun tengah malam, ingat Allah, kemudian mengambil wudhu', dan melakukan shalat, maka dia akan semakin energik dan jiwanya tenang.

Mereka sedikit sekali tidur di waktu malam. **(QS. Adz-Dzâriyât: 17)**

Dan, pada sebagian malam hari bersembahyang tahajjudlah kamu sebagai ibadah tambahan bagimu. **(QS. Al-Isrâ`: 79)**

Qiyamul lail "akan menghilangkan penyakit dari tubuh". Ini adalah Hadits Sahih yang diriwayatkan oleh Abu Daud: *"Wahai Fulan, janganlah*

engkau menjadi seperti si Fulan. Dulunya rajin melakukan bangun malam, namun kemudian dia meninggalkannya."

Dalam hadits yang lain disebutkan: *"Sebaik-baik hamba adalah pada saat dia melakukan* qiyamul lail."

Tak usah Anda menangisi sesuatu yang fana. Sebab segala sesuatu yang ada di alam dunia ini adalah fana, kecuali Dzat Allah Yang Maha Suci.

> *Tiap-tiap sesuatu pasti binasa kecuali wajah-Nya (Allah).*
> **(QS. Al-Qashash: 88)**

> *Semua yang ada di bumi itu akan binasa. Dan, tetap kekal wajah Rabb-mu yang mempunyai kebesaran dan kemuliaan.* **(QS. Ar-Rahmân: 26-27)**

Orang yang menyesalkan keduniaannya tak ubahnya seperti anak kecil yang kehilangan mainannya.

Rehat

"Antara kecemasan dan kesedihan itu ada kaitan yang sangat erat. Keduanya merupakan kesengsaraan dan siksa yang melingkupi jiwa. Perbedaannya, kecemasan disebabkan oleh ketakutan terhadap yang akan datang, sedangkan kesedihan adalah perasaan tertekan atas terjadinya hal-hal yang tidak disukai. Keduanya sama-sama menyerang jiwa. Ketika jalinan itu terhubung dengan masa lalu disebut kesedihan, dan ketika terhubung dengan masa depan disebut kecemasan."

اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ الْعَافِيَةَ فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ، اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ الْعَفْوَ وَالْعَافِيَةَ فِي دِيْنِي وَدُنْيَايَ وَأَهْلِي وَمَالِي، اللَّهُمَّ اسْتُرْ عَوْرَاتِي وَآمِنْ رَوْعَاتِي، اللَّهُمَّ احْفَظْنِي مِنْ بَيْنِ يَدَيَّ وَمِنْ خَلْفِي، وَعَنْ يَمِيْنِي وَعَنْ شِمَالِي وَمِنْ فَوْقِي، وَأَعُوذُ بِعَظَمَتِكَ أَنْ أُغْتَالَ مِنْ تَحتِي

"Ya Allah, aku memohon afiat kepada-Mu di dunia dan di akhirat. Aku memohon kepadamu ampunan dan afiat dalam agama, dunia, keluarga, dan hartaku. Ya Allah, lindungilah auratku dan berilah keamanan dari rasa takutku. Ya Allah, jagalah aku dari depan, belakang, dari kanan, kiri, dan dari atasku. Aku berlindung dengan kebesaran-Mu agar aku tidak dibunuh dari bawahku."

Seorang penyair pernah berkata,

"Tidakkah kaulihat bahwa karunia Rabb-mu tidak terhitung

baik yang baru maupun yang lama?

Tak usah suntuk, sebab tidak ada sesuatu yang selalu ada,

dan kesuntukanmu itu juga takkan abadi

Semoga Allah melihatmu setelah ini

dengan pandangan yang penuh rahmat.

Nilai Diri Anda Adalah Surga

Seorang penyair berkata,

"Jiwaku yang punya sesuatu akan pergi,

mengapa aku harus menangisi sesuatu yang harus pergi."

Dunia dengan emas dan peraknya, dengan jabatan dan rumah megahnya, maupun dengan istananya, tidak berhak mengalirkan setetes pun air mata kita. Diriwayatkan oleh At-Tirmidziy bahwa Rasulullah bersabda, *"Dunia ini terkutuk, semua yang ada di dalamnya terkutuk, kecuali dzikir kepada Allah, hal-hal yang bersangkutan dengan dzikir, seorang 'alim dan seorang pelajar."*

Dunia dan kekayaan itu sebenarnya tak lebih dari barang titipan. Demikian yang dikatakan oleh Labid,

"Harta dan keluarga hanyalah barang titipan,

dan suatu saat barang titipan itu akan dikembalikan."

Uang miliaran, rumah-rumah megah, dan mobil-mobil mewah tidak akan menangguhkan kematian seorang hamba. Demikian dikatakan oleh Hatim ath-Thai,

"Demi hidupmu, kekayaan takkan memberi manfaat

kepada seorang pun, ketika dada sudah tersengal dan sesak."

Oleh sebab itulah kalangan bijak bestari mengatakan, "Tentukan harga sesuatu itu secara rasional. Sebab, dunia dan seisinya tidak lebih mahal dari jiwa seorang mukmin."

Dan, tiadalah kehidupan dunia ini melainkan sendagurau dan main-main. **(QS. Al-'Ankabût: 64)**

Hasan Al-Bashri mengatakan, "Jangan tentukan harga dirimu, kecuali dengan surga. Jiwa orang yang beriman itu mahal, tapi sebagian dari mereka justru menjualnya dengan harga yang murah."

Orang-orang yang menangis meraung-raung karena kehilangan harta mereka, karena rumah mereka yang hancur, dan karena mobil-mobil mereka yang terbakar, yang tidak menyesali dan bersedih atas merosotnya nilai keimanan mereka, atas dosa-dosa mereka, dan atas sikap mereka yang memandang sebelah mata terhadap nilai ketaatan kepada Allah s.w.t., niscaya akan menyadari bahwa mereka tidak ada nilainya jika diukur dengan apa yang ditangisi, dan akan menyesali apa yang mereka lakukan. Letak permasalahannya adalah permasalahan nilai, idealisme, sikap dan misi.

Sesungguhnya mereka (orang kafir) menyukai kehidupan dunia dan mereka tidak memperdulikan kesudahan mereka, pada hari yang berat (hari Kiamat). **(QS. Al-Insân: 27)**

Cinta Sejati

Jadikan diri Anda sebagai wali dan kekasih Allah agar mendapatkan kebahagiaan. Orang yang paling bahagia adalah orang yang menjadikan puncak dan tujuan utamanya adalah mencintai Allah. Alangkah bermaknanya firman Allah ini,

Dia mencintai mereka dan mereka mencintai Allah.
(QS. Al-Mâ`idah: 54)

Sejumlah ahli tafsir mengatakan, "Tidak ada yang mengherankan dalam, '*... mereka mencintai-Nya ...*' tapi yang mengherankan adalah, '*... Dia mencintai mereka ....*' Allah yang menciptakan, memberi rezeki, melindungi, dan memberikan karunia-Nya kepada mereka, tapi Allah juga yang mencintai mereka.

Katakanlah, jika kamu (benar-benar) mencintai Allah, maka ikutilah aku, niscaya Allah mengasihi kamu. **(QS. Ali' Imrân: 31)**

Coba perhatikan kehormatan Ali ibn Thalib, yang merupakan mahkota bersemayam dia atas kepalanya: Seorang yang mencintai Allah dan Rasul-Nya, dan dicintai oleh Allah dan Rasul-Nya.

Ada seorang sahabat Rasulullah yang sangat senang membaca, '*Qul huwallâhu Ahad.*' Bacaan itu selalu diulang-ulangnya dalam setiap rakaat,

selalu dibaca dalam dzikirnya, selalu diucapkannya, selalu diingat untuk menyegarkan hatinya, dan selalu digumamkan untuk menggerakkan anggota tubuhnya. Rasulullah bersabda, *"Kecintaanmu padanya akan membuatmu masuk surga."*

Sungguh indah dua bait syair yang pernah saya baca dulu, dalam biografi seorang ulama.

Jika cinta orang yang mabuk asmara kepada Laila dan Salma, telah merampas hati dan pikiran.

Lalu, apa yang dilakukan oleh orang yang kasmaran, yang di dalamnya mengalir rasa cinta kepada Yang Maha Tinggi?

Orang-orang Yahudi dan Nasrani mengatakan, "Kami ini adalah anak-anak Allah dan kekasih-kekasih-Nya." Katakanlah: "Maka mengapa Allah menyiksa kamu karena dosa-dosamu?" **(QS. Al-Mâ`idah: 18)**

Cerita cinta Majnun terhadap Laila yang sangat terkenal itu, menunjukkan bahwa Majnun akhirnya dibunuh oleh cintanya kepada Laila. Qarun dibunuh oleh cintanya kepada harta benda. Fir'aun dibunuh oleh cintanya kepada kedudukan. Tapi Hamzah, Ja'far, dan Hanzhalah mati karena cintanya kepada Allah dan Rasul-Nya. Alangkah jauh jarak yang memisahkan antara keduanya—Majnun, Qarun dan Fir'aun di satu sisi, dan Hamzah, Ja'far dan Hanzhalah di sisi yang lain.

Rehat

Ada 300 perwira polisi yang bunuh diri setiap tahunnya di Amerika Serikat. Sepuluh di antaranya berasal dari New York. Sejak tahun 1987, jumlah perwira polisi yang bunuh diri semakin banyak. Fenomena ini menggelisahkan para pemegang kekuasaan. Maka, Badan Nasional untuk Para Perwira pun segera melakukan penyelidikan.

Akhirnya, badan tersebut berkesimpulan bahwa penyebab utamanya adalah keadaan lingkungan yang terus-menerus menekan mental mereka. Mereka terus dituntut untuk selalu menahan diri meski dalam keadaan terjepit, dituntut untuk dapat bertahan menghadapi tekanan-tekanan yang semakin kuat sejalan dengan meningkatnya kejahatan, dan dituntut untuk bisa bertahan menghadapi berbagai macam penderitaan karena berhubungan langsung dengan orang-orang jahat dan menyaksikan mayat korban kejahatan.

Kesimpulan selanjutnya adalah keberadaan senjata di tangan mereka, yang memudahkan jalan mereka ke arah bunuh diri.

Dalam penelitian itu juga disebutkan bahwa 80% dari tragedi bunuh diri itu dilakukan dengan menggunakan senjata mereka sendiri. Dalam tiga hari berturut-turut tiga perwira melakukan bunuh diri. Dan semuanya melakukannya dengan pistolnya sendiri.

Jangan Bersedih, Karena Syariat Itu Mudah dan Memudahkan

Unsur mudah dan memudahkan dalam syariat Islam adalah dua hal yang membuat orang muslim senang.

Thahaa. Kami tidak menurunkan al-Quran ini kepadamu agar kamu menjadi susah. **(QS. Thâhâ: 1-2)**

Dan, Kami akan memberi kamu taufik kepada jalan yang mudah. **(QS. Al-A'lâ: 8)**

Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya. **(QS. Al-Baqarah: 286)**

Allah tidak memikulkan beban kepada seseorang melainkan (sekadar) apa yang Allah berikan kepadanya. **(QS. Ath-Thalâq: 7)**

Dan, Dia sekali-kali tidak menjadikan untuk kamu dalam agama suatu kesempitan. **(QS. Al-Hajj: 78)**

Dan, membuang dari mereka beban-beban dan belenggu-belenggu yang ada pada mereka. **(QS. Al-A'râf: 157)**

Maka, sesungguhnya setelah kesulitan itu ada kemudahan. Sesungguhnya, setelah kesulitan itu ada kemudahan. **(QS. Al-Insyirâh: 5-6)**

Wahai Rabb kami, janganlah Engkau hukum kami jika kami lupa atau kami bersalah. Ya Rabb kami, janganlah Engkau bebankan kepada kami beban yang berat, sebagaimana Engkau telah bebankan kepada orang-orang yang sebelum kami. Ya Rabb kami, janganlah Engkau pikulkan kepada kami apa yang tidak sanggup kami memikulnya. Beri maaflah kami; ampunilah kami; dan rahmatilah kami. Engkaulah Penolong kami, maka tolonglah kami terhadap kaum yang kafir. **(QS. Al-Baqarah: 286)**

Rasulullah bersabda, *"Yang tidak dituliskan (sebagai dosa) atas umatku adalah kesalahan, kelupaan, serta keadaan yang memaksa mereka berbuat."* **(Al-Hadîts)**

"Sesungguhnya, agama itu mudah, dan agama tidak menyulitkan seorang pun kecuali dia dapat mengatasinya." **(Al-Hadîts)**

"Berusahalah mencari yang benar, jadilah saling akrab, dan sampaikanlah kabar gembira." **(Al-Hadîts)**

"Aku diutus dengan kelurusan dan kelapangan." **(Al-Hadîts)**

"Sebaik-baik (kualitas) keagamaan kalian adalah yang paling mudah (pelaksanaannya)." **(Al-Hadîts)**

Seorang penyair kontemporer ditawari jabatan kementerian, namun dengan syarat ia harus meninggalkan semua ambisi, obsesi, dan misinya yang benar itu. Tapi si penyair itu menjawab,

"Ambillah semua dunia kalian,

dan biarkanlah hatiku tetap bebas, merdeka, dan terasing.

Karena sungguh,

aku orang yang paling kaya meski kalian membiarkanku

dalam kesendirian dan tidak punya."

Dasar-dasar Ketenangan Jiwa

Di majalah *Ahlan wa Sahlan* yang terbit tanggal 3 April 1415 H. ada satu artikel yang berjudul: *Dua Puluh Resep untuk Menghindari Depresi* yang ditulis oleh Dr. Hasan Syamsi Pasya.

Isi artikel ini, di antaranya: Kematian itu adalah masalah yang sudah selesai. Dan, segala sesuatu itu berdasarkan ketentuan *qadha'* dan *qadar*. Artinya, seorang hamba tidak boleh menyesali dan bersedih atas apa yang telah terjadi. Rezeki makhluk itu ada di sisi Sang Pencipta, di atas langit. Tak seorang pun punya wewenang mengaturnya, tak ada satu kaum pun yang bisa mencampurinya, dan tak ada seorang pun yang dapat menahannya. Hari kemarin telah berlalu bersama segala keresahan dan kegundahannya, sudah selasai, dan tidak akan berulang lagi meski seluruh dunia bersatu untuk mengubahnya. Sedangkan hari esok masih

berada di alam kegaiban, belum datang hingga saat ini, belum meminta izin kepadamu, dan jangan mengharapkannya sampai ia datang sendiri. Berbuat baik kepada sesama akan memberikan kesenangan dan ketenangan di dalam hati. Dan, perbuatan baik itu akan kembali kepada yang melakukannya dengan berkah, pahala, ganjaran, dan kedamaian.

Salah satu ciri seorang mukmin adalah ia tidak akan peduli terhadap kritik yang pedas dan menyakitkan. Karena, Allah pun, *Rabb* alam semesta, tidak lepas dari cacian dan sumpah serapah, meski Dia Dzat Yang Sempurna, Agung, dan Indah.

Dua bait syair saya:

Mengapa kau bakar air mata yang telah mengering,

yang membuat kecemasan selalu mengitari kalbu.

Serahkan kepada Rabb Yang Maha Mulia,

dan setiap kali orang yang tak pernah bersedih mulai tidur,

terbukalah pintu-pintu itu.

Hati-hati Dengan Rindu

Jangan pernah merindukan sesuatu secara berlebihan. Karena, yang demikian itu menyebabkan kegelisahan yang tak pernah padam. Seorang muslim akan bahagia ketika ia dapat menjauhi keluhan, kesedihan, dan kerinduan. Demikian pula ketika ia dapat mengatasi keterasingan, keterputusan, dan keterpisahan yang dikeluhkan para penyair. Betapapun yang demikian itu adalah tanda kehampaan hati.

Tidakkah kamu melihat orang-orang yang menjadikan hawa nafsunya sebagai Rabb-nya dan Allah membiarkannya sesat berdasarkan ilmu-Nya dan Allah telah mengunci mati pendengaran dan hatinya dan meletakkan tutupan atas penglihatannya? **(QS. Al-Jâtsiyah: 23)**

Akulah yang menarik ujung kematian itu. Siapakah yang akan dituntut, ketika si korban sendiri yang terdakwa?

Maksud bait syair ini adalah kita berhak merasakan sakit dan menderita, sebab kita adalah penyebab utama dari semua yang terjadi.

Seorang yang berasal dari Andalusia menyombongkan dirinya karena bisa merasakan suka yang melebihi batas.

Sebelum aku, orang mengeluh berat berpisah,

dan ketakutan muncul pada yang mati dan yang hidup.

Jika rusuk-rusukku menghimpun,

maka aku tidak akan lagi mendengar dan tidak pula melihat.

Bila saja di antara tulang-tulangnya berhimpun ketakwaan, dzikir, kesadaran rohani dan *ilahiyah*, maka kebenaran akan bisa dicapai. Di samping itu, bukti akan menjadi semakin jelas dan kebenaran akan terlihat.

> *Dan, jika kamu ditimpa sesuatu godaan setan, maka berlindunglah kepada Allah. Sesungguhnya, Allah Maha Mendengar lagi Maha Mengetahui. Sesungguhnya, orang-orang yang bertakwa bila mereka ditimpa was-was dari setan, mereka ingat kepada Allah, maka ketika itu juga mereka melihat kesalahan-kesalahannya.* **(QS. Al-A'râf: 200-201)**

Ibn Qayyim telah memberikan terapi yang sangat manjur tentang masalah ini dalam bukunya *Ad Dâ' wad Dawâ'* atau *Al Jawâb asy Syâfi 'an Man Sa'ala 'anid Dawâ' asy Syâfi.* Buku ini sangat terkenal. Saya sarankan kepada pembaca untuk merujuk kepada kedua buku tersebut.

Rasa suka yang berlebihan itu banyak sebabnya. Di antaranya,

1. Hati yang tak terisi oleh rasa cinta, rasa syukur, dzikir, dan ibadah kepada Allah.
2. Membiarkan mata jalang. Mengumbar mata adalah jalan yang menghantarkan pada kesedihan dan keresahan.

> *Katakanlah kepada orang-orang laki-laki yang beriman: "Hendaklah mereka menahan pandangannya dan memelihara kemaluannya."*
> **(QS. An-Nûr: 30)**

Rasulullah juga bersabda, *"Pandangan (mata) itu adalah satu dari sekian banyak anak panah Iblis."*

Jika kau liarkan matamu kepada semua mata,

maka semua pemandangan akan membuatmu lelah.

Kau lihat pemandangan, tapi tak seluruhnya mampu kaulihat

dan kautatap.

3. Meremehkan ibadah, dzikir, doa, dan shalat *nafilah*.

> *Sesungguhnya, shalat itu mencegah dari perbuatan-perbuatan keji dan mungkar.* **(QS. Al-'Ankabût: 45)**

Adapun obatnya,

Demikianlah, agar Kami memalingkan daripadanya kemungkaran dan kekejian. Sesungguhnya, Yûsuf itu termasuk hamba-hamba Kami yang terpilih. **(QS. Yûsuf: 24)**

1. Berusaha untuk selalu berada di pintu-pintu ibadah dan memohon kesembuhan kepada Yang Maha Agung.
2. Merendahkan pandangan dan menjaga kemaluan.

Dan, mereka menjaga kemaluan mereka. **(QS. An-Nûr: 30)**

Dan, orang-orang yang menjaga kemaluan mereka. **(QS. Al-Mu` minûn: 5)**

3. Menjauhkan hati dari hal-hal yang bisa mengikat dan berusaha melupakannya.
4. Menyibukkan diri dengan amal saleh dan berguna.

Sesungguhnya mereka adalah orang-orang yang bersegera dalam (mengerjakan) perbuatan yang baik dan mereka berdoa kepada Kami dengan harap dan cemas. **(QS. Al-Anbiyâ` : 21)**

5. Menikah secara *syar'i.*

Maka, kawinilah wanita-wanita (lain) yang kamu senangi. **(QS. An-Nisâ` : 3)**

Dan, di antara tanda-tanda kekuasaan-Nya ialah Dia menciptakan untukmu istri-istri dari jenismu sendiri, supaya kamu cenderung dan merasa tenteram kepadanya. **(QS. Ar-Rûm: 21)**

Rasulullah bersabda, *"Wahai para pemuda, barangsiapa di antara kalian yang sudah mampu untuk menikah, hendaklah menikah."*

Hak-hak Bersaudara

Menyapa saudara sesama muslim dengan sapaan yang baik akan membuatnya merasa bahagia.

Kupanggil gelarnya untuk menghormatinya
dan aku tidak menggelarinya dengan gelar yang buruk.

Di samping menyapa dengan sapaan baik, dianjurkan juga untuk selalu tampil ceria. *"... meski engkau menjumpai saudaramu dengan wajah berseri."* **(Al-Hadîts)**

"Senyummu di depan saudaramu adalah sedekah." **(Al-Hadîts)**

Anda juga dituntut untuk mengajak berbicara, baik menyangkut tema-tema yang umum maupun yang mendetail tentang dirinya, namun tidak membebaninya. Itu berarti perhatian terhadap hal-hal yang berkaitan dengannya. *"Barangsiapa tidak menaruh perhatian terhadap masalah kaum muslimin, bukan dari golongan mereka."* **(Al-Hadîts)**

Dan, orang-orang yang beriman laki-laki dan perempuan sebagian mereka adalah penolong bagi sebagian yang lain. **(QS. At-Taubah: 71)**

Kepadanya, jangan mencela dan mengungkit-ungkit sesuatu yang telah lewat. Dan, jangan mencandainya secara berlebihan. *"Jangan mendebat saudaramu, jangan mencandainya (kelewat batas), dan jangan pula membuat suatu janji (dengan)nya kemudian tidak kau tepati."* **(Al-Hadîts)**

Rahasia-rahasia di Balik Dosa

Menurut para ahli ilmu, dosa itu ibarat label (pengenal) bagi seorang hamba. Ada banyak rahasia di balik dosa setelah pertaubatan. Di antaranya, dapat menghilangkan *ujub*, mendorong banyak ber-*istifgfar*, bertaubat, berserah diri, dan pasrah menerima *qadha'* dan *qadar*.

Termasuk rahasia di balik dosa adalah dapat semakin meyakinkan makna dan kebenaran sifat-sifat mulia Allah.

Carilah Rezeki, Tapi Jangan Tamak

Maha Suci Sang Pencipta dan Pemberi rezeki. Dia memberi rezeki kepada ulat yang ada di dalam tanah, kepada ikan yang ada di air, kepada burung yang ada di udara, kepada semut yang ada di kegelapan, dan kepada ular yang ada di antara bebatuan yang kasar.

Ibnul Jauzi pernah mengemukakan sebuah kisah yang menarik tentang seekor ular buta. Ketika ular tersebut melilitkan tubuhnya di atas pohon kurma, seekor burung datang membawa sepotong daging dan menyuap-

kannya ke mulut ular. Saat mendekati ular, si burung mengeluarkan bunyi-bunyian dan bersuit sampai ular tersebut membuka mulutnya. Baru setelah itu, si burung memasukkan potongan daging ke dalam mulutnya. Maha Suci Allah yang telah membuat burung ini menurut pada sang ular.

Dan, tiadalah burung-burung yang terbang dengan kedua sayapnya, melainkan umat-umat (juga) seperti kamu. **(QS. Al-An'âm: 38)**

Jika kau melihat ular menyemburkan bisanya,

tanyakanlah siapa yang kau incar dengan bisa itu.

Tanyakan pula, bagaimana kau bisa hidup, wahai ular?

Padahal, mulutmu selalu dipenuhi bisa mematikan.

Maryam, ibu Nabi Isa, selalu mendapatkan rezekinya setiap pagi dan sore di dalam *mihrab*. Ketika ditanya, "Dari mana kau dapatkan (semua) ini, Maryam?" Jawabnya, "Itu (semua) dari sisi Allah, sesungguhnya Allah memberi rezeki kepada siapa saja yang Dia kehendaki tanpa batas."

Oleh sebab itu tak usah bersedih, sebab rezeki itu telah dijamin.

Dan, janganlah kamu membunuh anak-anakmu karena takut kemiskinan. Kami akan memberi rezeki kepadamu dan kepada mereka.

(QS. Al-An'âm: 151)

Dan, perlu diketahui oleh umat manusia bahwa Dzat yang memberi kepada orang tua dan anak itu adalah Dzat yang tidak beranak dan tidak diperanakkan.

Dan, janganlah kamu membunuh anak-anakmu karena takut kemiskinan. Kamilah yang akan memberi rezeki kepada mereka dan kepada kamu.

(QS. Al-Isrâ` : 31)

Dzat yang memiliki perbendaharaan harta yang demikian besar dan agung itu telah memberi jaminan rezeki pada semua manusia. Lalu mengapa harus bersedih, padahal Allah menanggung semuanya?

Maka mintalah rezeki itu di sisi Allah, dan sembahlah Dia dan bersyukurlah kepada-Nya. **(QS. Al-'Ankabût: 18)**

Dan Rabb-ku, yang Dia memberi makan dan minum padaku.

(QS. Asy-Syu'arâ` : 79)

Rehat

Shalat berfungsi untuk membersihkan, menguatkan, melapangkan, menyegarkan, dan memberikan kenikmatan kepada hati. Pada waktu shalat, terdapat hubungan langsung antara hati dan ruh, di satu sisi, dan Allah di sisi yang lain. Ada kedekatan langsung kepada-Nya. Ada kenikmatan dalam berdzikir kepada-Nya. Ada rasa bangga untuk bermunajat kepada-Nya. Ada maksimalisasi penggunaan anggota badan, kekuatan, dan perangkatnya untuk beribadah kepada-Nya. Ada pembagian tugas yang pas untuk masing-masing anggota badan. Ada waktu sejenak untuk melepaskan diri dari hubungan dengan sesama manusia. Ada keterikatan kekuatan hati dan tubuhnya kepada *Rabb*. Dan, ada waktu untuk melepaskan diri dari musuh-musuhnya, sehingga shalat menjadi obat yang paling manjur dan makanan yang hanya bisa dikonsumsi oleh hati yang suci. Sebaliknya, hati yang sakit, tak ubahnya badan, hanya bisa menerima hal-hal materi yang bisa disantap saja.

Shalat adalah jalan terbesar untuk memperoleh kemaslahatan dunia dan akhirat, mencegah dari tindakan dosa, menghalangi tumbuhnya penyakit hati, mengusir penyakit, dan sekaligus mencegah kerusakan dunia dan akhirat. Shalat mencegah manusia untuk melakukan perbuatan dosa dan menjadi obat bagi penyakit-penyakit hati. Dia akan mengusir penyakit dari badan, menjadi penerang bagi hati, membuat wajah ceria tampak lebih bersinar, membuat anggota tubuh dan ruh segar serta penuh vitalitas. Shalat akan banyak mendatangkan rezeki, mencegah kezaliman, menolong orang-orang yang dizalimi, mencegah gempuran syahwat, mampu menjaga nikmat, mengusir bencana, dan mendapatkan rezeki. Shalat akan mendatangkan rahmat, dan menyibakkan mendung kesuntukan.

Syariat yang Dermawan

Dalam syariah, ada pahala yang besar dan ganjaran yang agung. Semua ini tampak dalam "sepuluh penebus dosa", misalnya, tauhid dan dosa-dosa yang dihapuskan karena tauhid, perbuatan-perbuatan baik yang menghapuskan kesalahan, seperti: shalat dari Jum'at satu ke Jum'at berikutnya, dari umrah yang satu ke umrah berikutnya, haji, puasa, dan lain sebagainya. Juga, dengan penggandaan amalan salih, misalnya kebaikan digandakan dengan sepuluh kali lipat hingga tujuh ratus kali lipat, hingga kelipatan yang tak terhingga. Termasuk di antaranya, bahwa taubat itu akan memangkas dosa-dosa dan kesalahan-kesalahan sebelumnya.

Ada juga, bencana-bencana yang menghapuskan dosa, bahwa "kesengsaraan itu tidak menimpa orang mukmin, kecuali Allah menghapuskan

kesalahan-kesalahannya". Selain itu, doa-doa yang dipanjatkan dari kaum muslimin lain di lain tempat. Ada lagi, beban yang diterima pada waktu meninggal nanti. Ada syafaat untuk kaum muslimin pada waktu bershalawat kepada Nabi, ada syafaat dari Nabi, dan ada rahmat dari Allah.

﴿*Jika kau hitung nikmat Allah, maka kamu tidak akan sanggup menghitungnya.*﴾ **(QS. Ibrâhîm: 34)**

﴿*Dan, menyempurnakan kepadamu nikmat-Nya yang lahir dan yang batin.*﴾ **(QS. Luqmân: 20)**

"Jangan takut, sesungguhnya kamulah yang paling unggul (menang)."

Nabi Musa pernah mengalami ketakutan dalam jiwanya sebanyak tiga kali. *Pertama*, ketika dia masuk ke dalam persidangan Fir'aun. Musa bergumam,

﴿*Sesungguhnya kami khawatir bahwa ia akan segera menyiksa kami atau akan bertambah melampaui batas.*﴾ **(QS. Thâhâ: 45)**

Allah pun menjawab,

﴿*Janganlah kamu berdua khawatir, sesungguhnya Aku beserta kalian berdua, Aku mendengar dan melihat.*﴾ **(QS. Thâhâ: 46)**

Sungguh, dalam ingatan dan dalam benak orang mukmin itu harus tertanam penegasan dari Allah: *Jangan takut, Aku mendengar dan melihat.*

Kedua, pada saat para tukang sihir itu melemparkan tongkat mereka. Maka Allah pun berfirman,

﴿*Janganlah kamu takut, sesungguhnya kamulah yang paling unggul (menang).*﴾ **(QS. Thâhâ: 68)**

Ketiga, pada waktu dikejar Fir'aun dan bala tentaranya. Allah berkata kepadanya:

﴿*Pukullah lautan itu dengan tongkatmu.*﴾ **(QS. Asy-Syu'arâ: 63)**

Musa berkata, "Sekali-kali tidak akan tersusul. Sesungguhnya, Rabb-ku besertaku, kelak Dia akan memberi petunjuk padaku.

(QS. Asy-Syu'arâ` : 62)

Hati-hati Dengan Empat Hal

Ada empat hal yang membuat hidup ini menjadi sulit, perasaan menjadi tertekan, dan dada menjadi sesak. *Pertama,* menggerutu terhadap dan tidak menerima *qadha'*dan *qadar* Allah.

Kedua, melakukan kemaksiatan dan tidak disertai taubat.

"... maka adalah disebabkan oleh perbuatan tanganmu sendiri."

(QS. Asy-Syûrâ: 30)

Ketiga, iri kepada sesama, muncul perasaan senang untuk balas dendam kepada mereka, dan dengki atas karunia yang Allah berikan kepada mereka.

Ataukah mereka benci kepada manusia (Muhammad) lantaran karunia yang Allah berikan kepadanya? **(QS. An-Nisâ` : 54)**

"Tidak akan merasa tenang orang-orang yang mendengki." **(Al-H̲adîts)**

Keempat, berpaling dari mengingat Allah.

Dan, barangsiapa yang berpaling dari peringatan-Ku, maka sesunguhnya baginya kehidupan yang sempit. **(QS. Thâhâ: 124)**

Carilah Ketenangan Bersama *Rabb*

Kedamaian hati seorang hamba berada dalam perasaan tenangnya bersama Allah. Allah telah menyebutkan ketenangan ini dalam beberapa tempat di dalam Kitab-Nya.

Kemudian Allah menurunkan ketenangan kepada Rasul-Nya dan kepada orang-orang yang beriman. **(QS. At-Taubah: 26)**

Lalu menurunkan ketenangan atas mereka. **(QS. Al-Fath̲: 18)**

Kemudian Allah menurunkan ketenangan kepada Rasul-Nya.

(QS. Al-Fath̲: 26)

Maka, Allah menurunkan ketenangan-Nya kepada Muhammad.
(QS. At-Taubah: 40)

Ketenangan adalah ketertambatan hati kepada *Rabb*, kepercayaan hati yang sangat kuat kepada Yang Maha Pengasih, atau ketenangan nurani karena bertawakal kepada Yang Mampu. Ketenangan adalah keteduhan emosi dan tidak memberontak. Ketenangan seperti ini adalah keadaan tenang yang bisa diraih oleh orang-orang yang beriman, menghindarkan mereka dari kebingungan dan tekanan, keraguan dan ketidakenakan hati. Tentu saja hal ini sesuai dengan tingkat ketergantungan hamba kepada *Rabb*-nya, kualitas dzikirnya, rasa bersyukurnya, kelurusannya menjalankan perintah-Nya, keteladanannya kepada Rasulullah, keteguhannya berpegang kepada petunjuknya, kecintaannya kepada Dzat yang menciptakannya, kepercayaannya kepada Raja (Allah) yang memerintahnya, kemampuannya untuk berpaling dari selain Allah, hanya menyeru Allah, dan hanya menyembah kepada-Nya.

Allah meneguhkan (iman) orang-orang yang beriman dengan ketetapan yang teguh itu dalam kehidupan dunia dan akhirat. **(QS. Ibrahîm: 27)**

Dua Kata Agung

Imam Ahmad pernah berkata, "Ada dua perkataan yang memberikan banyak manfaat kepadaku saat aku ada dalam ujian."

Pertama, perkataan seorang yang dihukum karena minum minuman keras. Orang itu berkata kepadaku, "Wahai Ahmad, kuatkanlah hatimu, engkau dicambuk karena engkau membela sunah, sedangkan aku dicambuk karena aku minum minuman keras. Tapi aku sabar (menerimanya)."

Jika kamu menderita kesakitan, maka sesungguhnya mereka pun menderita kesakitan (pula) sebagaimana kamu menderita, sedang kamu mengharap dari Allah apa yang tidak mereka harapkan. **(QS. An-Nisâ` : 104)**

Maka bersabarlah kamu, sesungguhnya janji Allah itu adalah benar dan sekali-kali jangan orang-orang yang tidak meyakini (kebenaran ayat-ayat Allah) itu menggelisahkan kamu. **(QS. Ar-Rûm: 60)**

Kedua, perkataan seorang Arab Badui kepada Imam Ahmad—saat Imam Ahmad dijebloskan ke dalam tahanan dan kedua tangannya di-

borgol—, "Ahmad, bersabarlah, sebab jika engkau dibunuh di sini, maka engkau akan masuk surga dari sini pula."

> *Rabb menggembirakan mereka dengan memberikan rahmat dari-Nya, keridhaan dan surga, mereka memperoleh di dalamnya kesenangan yang kekal.* **(QS. At-Taubah: 21)**

Faedah dari Musibah

Sebuah musibah mampu mengeluarkan nilai-nilai *ubudiyah* doa yang selama ini terpendam. Dikatakan, "Maha suci Dzat yang telah mengeluarkan [ketulusan] doa dengan musibah." Dalam *atsar* disebutkan: *"Allah menurunkan ujian kepada seorang hamba yang salih dari hamba-hamba-Nya. Dan kepada para malaikat Dia berkata, 'Agar Aku mendengar suaranya (doa dan permintaannya)'."*

Faedah lainnya, dihancurkannya kesombongan dan keangkuhan jiwa. Sebab, Allah berfirman,

> *Ketahuilah! Sesungguhnya manusia melampaui batas, karena dia melihat dirinya serba cukup.* **(QS. Al-'Alaq: 6-7)**

Musibah juga dapat menggugah empati sesama manusia, semakin merekatkan rasa cinta terhadap sesama, dan saling mendoakan kepada yang sedang tertimpa. Karena manusiawi sekali bila orang-orang merasa terpanggil untuk bertanggung jawab dan mencintai orang yang sedang tertimpa musibah atau mendapatkan ujian.

Musibah itu akan membukakan mata mereka kepada hal yang lebih besar. Selama ini, mereka hanya lihat hal kecil dibandingkan dengan musibah lain yang lebih besar. Mereka menerima bahwa itu semua merupakan penebusan dosa dan kesalahan, sekaligus pahala dan ganjaran di sisi Allah. Jika umat manusia menyadari bahwa semua ini adalah buah yang bisa dipetik dari musibah, maka mereka akan menghadapinya dengan senang dan tenang.

> *Sesungguhnya, hanya orang-orang yang bersabarlah yang dicukupkan pahala mereka tanpa batas.* **(QS. Az-Zumar: 10)**

Ilmu Adalah Petunjuk Sekaligus Obat

Ibn Hazm dalam bukunya *Mudâwât an Nufûs* menyebutkan bahwa salah satu faedah dari ilmu adalah menghindarkan bisikan setan di dalam jiwa, menghilangkan keresahan, kesuntukan, dan kesedihan.

Pernyataan Ibn Hazm ini benar, terutama bagi orang yang mencintai, mempelajari, dan mempraktekkannya dalam kehidupan keseharian. Oleh sebab itu, para penuntut ilmu harus membagi waktunya secara baik dan terencana. Ada waktu untuk menghafal dan mengulang. Ada waktu untuk belajar dan menelaah yang sifatnya umum, mengambil kesimpulan, mengumpulkan dan menertibkan, serta merenung dan ber-*tadabbur*.

Jadilah engkau orang yang kakinya berada di tanah,

namun cita-citanya menggantung di langit.

Semoga Menjadi Kebaikan

As-Suyuthi pernah menulis sebuah buku yang berjudul *al Araj ba'dal Faraj*. Di dalam buku tersebut dia mengutip pendapat kalangan ilmuwan yang intinya bahwa sesuatu yang sangat dicintai banyak pula hal-hal yang tidak disenangi. Musibah-musibah itu menampakkan keajaiban-keajaiban dan kesenangan-kesenangan yang tidak disadari oleh seorang hamba, kecuali setelah semua itu terkuak.

Demi umurmu, bagaimana harus berlindung dari hambatan zaman,

atau menjauhinya.

Dia lihat sesuatu yang dihindarinya dan takut,

padahal perlindungan Allah yang tak terlihat jauh lebih besar.

Kebahagiaan Adalah Karunia Ilahi

Bukan suatu yang aneh jika ada orang yang lebih memilih duduk di atas bebatuan. Mereka adalah pekerja yang hanya mendapatkan upah untuk mencukupi hidupnya siang ini dan malam nanti. Meski demikian, mereka menghadapi kehidupan seperti itu dengan tersenyum. Dada mereka terasa lapang, tubuh mereka sangat kuat, dan hati mereka sangat tenang. Semua itu disebabkan kesadaran mereka bahwa kehidupan yang sebenarnya ada-

lah hari ini. Mereka tidak menyibukkan diri dengan mengenang masa lalu, dan tidak cemas dengan bayang-bayang masa depan. Mereka menghabiskan semua umur mereka untuk kerja.

Aku tak peduli jika jiwaku tunduk padamu untuk selamat,

aku tak peduli dengan orang yang masih hidup dan yang telah mati.

Bandingkan mereka dengan orang-orang yang tinggal di dalam istana-istana megah dan rumah-rumah mewah, yang selalu berada dalam kekosongan, kegelisahan, dan bisikan setan. Mereka dicabik-cabik oleh kegelisahan dan disungkurkan ke dalam kubangan keresahan.

Kenangan yang Indah Adalah Umur Panjang

Seorang hamba akan sangat bahagia bila ia memiliki "umur kedua". Yakni, kenangan yang manis. Sungguh tak masuk akal jika seseorang bisa mendapatkan kenangan manis itu dengan harga yang sangat murah. Dia tidak harus membeli dengan hartanya, dengan kedudukannya, dengan usahanya, dan dengan kerja kerasnya.

Nabi Ibrahim pernah memohon kepada *Rabb*-nya agar dia selalu diingat kebaikannya oleh orang lain dan diberi ucapan *shalawat*.

Saya kagum kepada orang yang mendapatkan pujian baik di dunia karena perbuatan-perbuatan mereka, karena kedermawanan, dan karena pengorbanan mereka. Sampai-sampai sahabat Umar menanyakan kepada anak-anak Harim ibn Sinan, "Apa yang diberikan Zuhair kepadamu, dan apa yang kalian berikan kepadanya?"

Mereka menjawab, "Mereka telah memuji kami dan kami memberinya harta benda."

Umar berkata, "Demi Allah, lenyap sudah apa yang kalian berikan kepadanya, dan akan tetap lestari apa yang dia berikan kepadamu."

Yang Umar maksudkan adalah bahwa pujian itu akan abadi selamanya.

Nyanyian Duka

Ada tiga puisi yang mengabadikan orang-orang yang disebutkan di dalamnya. Ibn Baqiyah, seorang menteri sangat terkenal itu, telah dibunuh oleh

pejabat pemerintah. Kemudian, Abul Hasan al-Anbari menyenandungkan nyanyian duka yang sangat terkenal.

Menjulang dalam hidup dan saat meninggal,

kau benar-benar menjadi satu mukjizat.

Seakan orang-orang mengerumunimu,

ketika para utusan itu berdiri memanggilmu pada hari-hari pertemuan.

Kau laksana sedang berkhutbah di tengah mereka,

dan mereka sedang berdiri untuk menunaikan shalat.

Kau rentangkan tangan menyambut mereka,

seperti merentangkan untuk memberi.

Kala perut bumi menyempit, mereka akan menguburkan kemuliaan itu.

Mereka condongkan cuaca sebagai kuburmu,

dan kini yang ada adalah suara-suara tangisan.

Ada tanah gundukan untukmu namun tak kukatakan,

sebab kau adalah hujan lebat yang turun terus-menerus.

Untukmu gelombang ucapan selamat dari Sang Maha Rahman,

dengan pemberkatan hati-hati yang wangi

Karena kebesaran jiwamu kau selalu mendapatkan penjagaan

dari para penjaga yang terpercaya.

Di sekitarmu dinyalakan api pada malam hari

seperti ini ada saat nafas masih di kandung hayat.

Ketika mendengar bait-bait syair ini, si pejabat pemerintah—orang yang telah membunuh Ibn Baqiyah—mengalirkan air matanya seraya berkata, "Demi Allah, aku berharap aku yang dibunuh dan disalib, lalu bait-bait ini diciptakan untukku."

Muhammad ibn Hamid Ath-Thusi juga mati di jalan Allah. Saat itulah Abu Tamam menyanyikan nyanyian duka untuknya:

Tampaklah rasa kesedihan munculkan rasa duka,

tak ada maaf bagi yang tidak mengucurkan air mata.

Sirnalah semua cita-cita setelah Muhammad, dan jadilah kepergiaan itu tertunda karena harus sibuk dengan hidangan.

Kau kenakan pakaian kematian berwarna merah menyala,

dan tidaklah malam datang menjelang,

kecuali telah menjadi sutra halus yang hijau.

Bait-bait syair itu terdengar oleh Al-Mu'tashim. Dia pun berkata, "Tidak akan mati orang yang dikatakan dalam bait-bait syair ini."

Tokoh lain yang meninggal di jalan Allah adalah seorang mulia yang masih keturunan Qutaibah ibn Muslim. Dia adalah seorang panglima Islam yang terkenal. Orang mulia ini telah mengorbankan semua harta dan kedudukannya, menolong orang-orang kesusahan, menyatu bersama orang-orang yang terkena bencana, memberi bantuan kepada orang-orang miskin, memberi makan kepada orang-orang kelaparan, dan membantu orang-orang yang dilanda ketakutan. Tatkala dia meninggal, salah seorang penyair berkata, "Ibn Said kini telah pergi, kala tak ada lagi timur dan barat, kecuali semua memuji dirinya."

Aku tak tahu apa yang menjadi keistimewaan tangannya,

hingga dia ditebas dengan pedang.

Dan kini dia berada di liang lahat nan sempit,

padahal kala hidupnya semua tanah nan datar menyempit karenanya.

Kubuat kau menangis sepanjang air mataku masih bisa menetes,

dan cukuplah bagimu apa yang disembunyikan tulang rusuk.

Setelah kepergianmu, aku tak ikut terkena musibah.

Meski kecemasan yang dirasakan oleh orang yang ketakutan menggunung, dan tak turut bersuka ria

meski kegembiraan yang dirasakan oleh orang-yang-gembira besar

Seakan tak ada orang hidup yang mati selain dirimu,

sehingga ratapan kesedihan itu hanya tertuju kepadamu.

Jika demikian besar elegi kesedihan itu dan kenangannya,

maka pujian-pujian sebelumnya telah demikian besarnya.

Abu Nawas telah menuliskan biografi Al-Khashib, seorang penguasa di Mesir, dan mengabadikan namanya dalam catatan sejarah. Abu Nawas berkata,

"Jika kendaraan-kendaraan kami tidak mengunjungi tanah Al-Khashib, maka tanah mana lagi yang pantas untuk dikunjungi?

Tak ada kuda yang bisa melampauinya dan tidak bisa dilakukannya, namun kuda akan berjalan ke mana dia akan berjalan. Dan orang membeli

pujian dengan hartanya, dan tahu bahwa roda-roda akan senantiasa berputar."

Tak ada kenangan yang dikatakan oleh orang tentang kehidupan Al-Khashib dan masa-masa pemerintahannya, kecuali bait-bait syair di atas.

Rehat

اللَّهُمَّ اقْسِمْ لَنَا مِنْ خَشْيَتِكَ مَا يَحُولُ بَيْنَنَا وَبَيْنَ مَعَاصِيكَ وَمِنْ
طَاعَتِكَ مَا تُبَلِّغُنَا بِهِ جَنَّتَكَ وَمِنَ الْيَقِيْنِ مَا تُهَوِّنُ بِهِ عَلَيْنَا مُصِيبَاتِ
الدُّنْيَا وَمَتِّعْنَا بِأَسْمَاعِنَا وَأَبْصَارِنَا وَقُوَّتِنَا مَا أَحْيَيْتَنَا وَاجْعَلْهُ الْوَارِثَ
مِنَّا وَاجْعَلْ ثَأْرَنَا عَلَى مَنْ ظَلَمَنَا وَانْصُرْنَا عَلَى مَنْ عَادَانَا وَلاَ تَجْعَلْ
مُصِيبَتَنَا فِي دِينِنَا وَلاَ تَجْعَلِ الدُّنْيَا أَكْبَرَ هَمِّنَا وَلاَ مَبْلَغَ عِلْمِنَا وَلاَ
تُسَلِّطْ عَلَيْنَا مَنْ لاَ يَرْحَمُنَا

"Ya Allah, berikan pada kami rasa takut kepada-Mu yang akan menghalangi antara kami dengan kedurhakaanku kepada-Mu. Dan karuniakan kepada Kami ketaatan yang akan menyampaikan kami kepada surga-Mu, dan keyakinan yang akan menjadikan kami merasakan musibah dunia menjadi sangat ringan. Berikan kepada kami kenikmatan dengan pendengaran, penglihatan, dan kekuatan kami sepanjang hidup. Jadikan orang-orang yang mewarisi kami dari kalangan kami. Dan jadikan balasan kami tertuju kepada orang yang menzalimi kami. Tolonglah kami atas orang-orang yang memusuhi kami. Jangan Kau jadikan bencana dalam agama kami, dan jangan pula Engkau jadikan dunia sebagai puncak pencarian kami, dan puncak ilmu kami. Jangan Kau jadikan kami dikuasai oleh orang-orang yang tidak mengasihi kami karena dosa-dosa kami."

Ali ibn Maqlah berkata dalam sebuah syairnya,

"Jika hati telah diliputi rasa putus asa

dan hati yang lapang telah menjadi sesak.

Kala ujian dan cobaan telah menjalar,

dan di dalam hati telah berdiam semua bencana.

Engkau tahu harus ke mana mengusir kesulitan

dan tidak pula bermanfaat usaha orang-orang pintar.

Saat itulah datang bantuan untuk putus asamu,

dari Rabb Yang Maha Pemberi dan Maha Dekat.
Semua peristiwa walaupun telah memuncak,
akan bersambung dan akan ada jalan keluar dalam waktu dekat."

Rabb yang Tak Pernah Zalim dan Aniaya

Tidakkah Anda berhak untuk bahagia, tenang, dan yakin dengan janji Allah jika Anda tahu bahwa di atas langit ada *Rabb* Yang Maha Adil, Hakim Yang Maha Bijak, Yang Memasukkan seorang wanita ke surga hanya karena telah menolong seekor anjing, dan memasukkan seorang wanita yang lain ke neraka karena menyiksa seekor kucing?

Wanita pertama adalah wanita pelacur dari Bani Israel. Dia memberi minum kepada seekor anjing yang kehausan. Maka, Allah pun mengampuni semua dosanya dan memasukkan ke dalam surga. Sebab dia melakukan itu dengan penuh ikhlas karena Allah semata.

Sedangkan wanita kedua adalah seorang wanita yang menyekap seekor kucing di dalam sebuah kamar tanpa diberi makan dan minum. Kucing itu terpaksa makan serangga yang ada di tanah. Sebagai balasan, oleh Allah dia dijebloskan ke dalam neraka.

Cerita ini memberikan manfaat yang besar dan memberikan kedamaian di dalam hati karena Anda akhirnya tahu bahwa Allah tetap membalas sekecil apa pun amalan itu.

Dalam *Shahîh al-Bukhari* disebutkan: "Ada empat puluh budi pekerti. Yang paling tinggi adalah wanita yang memberikan kambing betinanya. Tidaklah seseorang yang mengerjakan salah satu dari budi pekerti ini karena mengharapkan yang telah dijanjikan Allah dan membenarkan pahala yang akan diterima, kecuali Allah akan memasukkannya ke dalam surga."

Allah berfirman,

> *Barangsiapa yang melakukan kebaikan seberat dzarrah pun, niscaya dia akan melihat(balasan)nya. Dan barangsiapa yang melakukan kejahatan seberat dzarrah pun, niscaya dia akan melihat(balasan)nya.* **(QS. Az-Zalzalah: 7-8)**

> *Sesungguhnya, perbuatan-perbuatan yang baik itu menghapuskan (dosa) perbuatan-perbuatan yang buruk.* **(QS. Hûd: 114)**

Karena itu, tolonglah orang yang mendapatkan bencana, berilah orang yang tidak mendapatkan rezeki, tolonglah orang yang dizalimi, berilah makan orang yang sedang kelaparan, berilah minum orang yang kehausan, jenguklah orang yang sedang sakit, antarkan jenazah orang yang meninggal, hiburlah orang yang mendapat musibah. Tuntunlah orang yang buta, tunjukilah orang yang sedang tersesat, hormatilah tamu yang datang. Berbuat baiklah kepada tetangga, hormatilah orang yang lebih tua dan kasihilah orang yang lebih muda. Jangan pelit dengan makanan yang Anda miliki, bersedekahlah dengan harta milik Anda, haluskanlah tutur kata Anda, dan janganlah Anda menyakiti seseorang sebab itu akan menjadi sedekah bagi Anda.

Nilai-nilai yang indah dan sifat-sifat yang tinggi tersebut akan membawa kebahagiaan dan kedamaian. Juga, dapat mengusir kesedihan, kesuntukan, dan keresahan yang ada.

Demi Allah, sungguh budi pekerti yang bagus sekali. Jika budi pekerti itu adalah seorang pria, maka pastilah seorang lelaki yang gagah dan ganteng, berbau wangi, namanya bagus, dan wajahnya selalu berseri.

Tulis Sendiri Sejarah Anda!

Pernah, suatu ketika saya ber*i'tikaf* di Masjidil Haram pada saat cuaca sangat panas, satu jam menjelang shalat Zhuhur. Tiba-tiba seorang lelaki yang sudah sangat tua berdiri dan memberikan air dingin kepada orang-orang yang hadir di tempat itu. Kedua tangannya masing-masing memegang sebuah gelas. Dia memberi minum jamaah dengan air zam-zam. Setelah seseorang selesai minum, dia kembali mengambil air dan kembali memberi minum kepada yang lain. Sudah sekian banyak orang yang dia beri minum. Saya lihat keringatnya mengucur deras, sedangkan orang-orang hanya duduk menunggu giliran mendapatkan air minum dari orang tua tadi. Saya kagum pada semangat, kesabaran, dan kecintaannya pada kebaikan, serta wajahnya yang selalu menebar senyum saat memberi minum. Akhirnya, saya tahu bahwa kebaikan itu sangat mudah dilakukan oleh siapa saja yang oleh Allah dimudahkan untuk melakukannya. Allah memiliki simpanan kebaikan yang banyak sekali, yang akan dikaruniakan kepada siapa saja yang Dia kehendaki. Dan, Allah juga mengalirkan keutamaan, meski sedikit, kepada orang-orang baik yang senang melakukan kebaikan kepada sesama. Dan, Allah tidak senang melihat keburukan menimpa manusia.

Abu Bakar siap menempuh semua bahaya pada saat hijrah untuk melindungi Rasulullah.

Hatim rela tidur dalam keadaan lapar asal tamu-tamunya kenyang.

Abu Ubaidah tidak tidur malam di tengah tentaranya yang nyenyak tertidur.

Umar ibn Khaththab keliling kota Madinah pada saat penduduk Madinah sedang terlelap tidur.

Pada musim paceklik, Umar hanya bisa membolak-balikkan badan karena lapar. Seluruh makanan miliknya ia bagikan kepada rakyatnya.

Abu Thalhah menjadikan dirinya sebagai tameng pada saat perang Uhud untuk melindungi Rasulullah dari gempuran anak panah.

Ibnul Mubarak memberi makanan kepada orang lain, padahal dia sendiri dalam keadaan puasa.

Teladan-teladan itu bak bintang-bintang, bahkan lebih tinggi,

laksana fajar saat mau menjelang.

> *Dan, mereka memberikan makanan yang disukainya kepada orang yang miskin, anak yatim, dan orang yang ditawan.* **(QS. Al-Insân: 8)**

Diamlah untuk Mendengarkan Firman Allah

Tenangkanlah hati Anda untuk mendengarkan firman Allah, yang dibacakan dengan merdu dan menyentuh hati, oleh seorang *qari'* yang membaca sesuai dengan kaidah tajwid. Dengan begitu, niscaya Anda akan sampai kepada keridhaan Allah, muncul ketenangan di dalam jiwa, kesejukan, kedamaian, dan tumbuh keyakinan di dalam hati.

Rasulullah sendiri sangat senang mendengarkan al-Qur'an dari bacaan orang lain, karena hatinya akan tersentuh. Sebab itulah, ia selalu minta kepada para sahabatnya untuk membacakan al-Qur'an untuknya. Ketika al-Qur'an diturunkan, ia merasa bahagia, hatinya luruh, dan ia merasa tak terbebani.

Dalam diri Rasulullah terdapat tauladan yang baik. Anda harus menyempatkan beberapa detik atau beberapa saat pada waktu siang atau malam hari untuk menyetel radio atau *tape recorder* untuk mendengarkan bacaan seorang *qari'* yang Anda kagumi.

Riuhnya permasalahan hidup, kegelisahan orang-orang sekitar, dan pengaruh yang ditimbulkan oleh orang lain sangat potensial untuk menggoyahkan jiwa, menguras kekuatan fisik, dan mencabik-cabik ketenangan hati Anda. Dalam suasana seperti itu ketenangan hanya Anda dapatkan dalam Kitab Allah dan berdzikir kepada-Nya.

(Yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan m engingat Allah. Ingatlah hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tenteram. **(QS. Ar-Ra'd: 28)**

Pernah suatu saat Rasulullah memerintahkan Abdullah ibn Mas'ud untuk membacakan beberapa ayat dari surat An-Nisâ'. Sejak awal dibacakan, Rasulullah sudah mulai menangis hingga kemudian air matanya membasahi pipinya. *"Cukup, cukup (untuk) saat ini,"* pinta Rasulullah untuk menghentikan bacaannya.

Suatu saat Rasulullah lewat di dekat sebuah masjid. Pada saat bersamaan Abu Musa Al-Asy'ari sedang membaca Al-Qur'an di dalam masjid tersebut. Rasulullah menyempatkan berhenti sejenak untuk mendengarkan bacaan Abu Musa itu. Keesokan harinya, Rasulullah berkata kepada Abu Musa, *"Apa yang engkau lakukan jika engkau tahu bahwa aku mendengarkan apa yang engkau baca tadi malam*?"

Abu Musa menjawab, "Seandainya aku tahu bahwa Rasulullah sedang mendengarkan apa yang kubaca, maka aku akan mengindahkan bacaanku itu untukmu."

Suatu ketika Rasulullah lewat di depan rumah Ibn Abi Hatim yang di dalamnya ada seorang wanita tua. Rasulullah berhenti untuk mendengarkan apa yang dibaca oleh wanita tua itu dari balik pintunya. Si wanita itu ternyata sedang membaca ayat yang berbunyi:

Sudah datangkah kepadamu berita (tentang) hari pembalasan?
(QS. Al-Ghâsyiyah: 1)

Wanita itu membacanya berulang-ulang. Maka Rasulullah pun mengatakan, "Ya, telah datang kepadaku, ya, telah datang kepadaku."

Pada saat menyimak bacaan al-Qur'an ada kelezatan, dan pada saat terdiam menikmati bacaan al-Qur'an terdapat keindahan yang dirasakan.

Seorang penulis muslim terkenal pernah melakukan perjalanan ke Eropa melalui jalan laut. Di kapal yang ia naiki kebetulan ada seorang wanita asal Yugoslavia, seorang komunis yang melarikan diri dari kelaliman (Yosef

Bross) Tito. Waktu itu adalah hari Jum'at, dan di dalam kapal itu orang-orang sedang mendirikan shalat. Yang menjadi imam dalam sholat adalah penulis tersebut. Ia membaca surat Al-A'la dan Al-Ghasyiyah. Wanita itu kebetulan mendengar pembacaan al-Qur`an tersebut, namun ia tidak memahaminya. Selama ini wanita itu terbiasa mendengar khutbah, suara bel, dan lagu gereja. Selepas mereka shalat, wanita itu bertanya kepada si penulis tentang apa yang dibacakannya pada waktu shalat. Si penulis kemudian menjelaskan bahwa yang dibacanya adalah firman Allah. Mendengar itu, ia tertegun dan tercengang. Di sisi lain, si penulis itu menyesalkan, "Sayang, bahasaku belum bagus untuk menyerunya masuk Islam.

> *Katakanlah: "Sesungguhnya jika manusia dan jin berkumpul untuk membuat yang serupa dengan al-Qur`an ini, niscaya mereka tidak akan membuat yang serupa dengan dia, sekalipun sebagian mereka menjadi pembantu bagi sebagian yang lain."* **(QS. Al-Isrâ` : 88)**

Pada dasarnya, al-Qur'an memiliki kekuatan untuk meluluhkan hati, kharisma dan kekuatan yang sangat berpengaruh terhadap jiwa.

Saya sangat kagum pada generasi *salaf* yang baik, orang-orang salih terdahulu. Mereka begitu takluk di bawah pengaruh al-Qur'an dan di hadapan ritme bacaan yang indah, penuh pesona, dan merasuk jiwa.

> *Kalau sekiranya Kami menurunkan al-Qur'an ini kepada sebuah gunung, pasti kamu akan melihatnya tunduk terpecah belah disebabkan takut kepada Allah.* **(QS. Al-Hasyr: 21)**

Inilah Ali ibn Al-Fudhail ibn 'Iyadh yang meninggal ketika mendengar ayahnya membaca ayat yang berbunyi:

> *Dan, tahanlah mereka (di tempat perhentian) karena sesungguhnya mereka akan ditanya. "Kenapa kamu tidak tolong-menolong?"*
> **(QS. Ash-Shâffat: 24-25)**

Dada Umar ibn Khaththab bagai terhimpit saat mendengar salah satu ayat al-Qur'an dibacakan. Ia langsung jatuh sakit selama sebulan dan banyak dijenguk oleh para sahabat lainnya. Demikian riwayat Ibn Katsir. Dan, ayat yang dimaksud adalah:

> *Dan, sekiranya ada satu bacaan (kitab suci) yang dengannya bacaan itu gunung-gunung dapat digoncangkan, atau bumi jadi terbelah, atau karenanya orang-orang yang sudah mati bisa berbicara (tentu al-Qur'an itulah dia.*
> **(QS. Ar-Ra'd: 31)**

Sesekali, di hari Jum'at, Abdullah ibn Wahab pernah melewati seorang anak kecil sedang membaca ayat berikut:

Dan, (ingatlah) ketika mereka berbantah-bantahan dalam neraka ...

(QS. Al-Mu` min: 47)

Tiba-tiba Abdullah langsung jatuh tak sadarkan diri, dan digotong pulang. Tiga hari lamanya ia sakit, dan pada hari keempatnya ia meninggal dunia. Ini adalah riwayat Adz-Dzahabi.

Seorang yang alim pernah bercerita kepada saya tentang dirinya yang sempat shalat di Madinah. Pada waktu itu, *qari'* membaca surat Al-Waqi'ah. Katanya, "Aku menjadi seperti linglung dan ketakutan, sehingga badanku gemetaran. Tanpa sadar aku menangis dan air mataku mengucur deras."

Maka, kepada perkataan apakah selain al-Quran ini mereka beriman?

(QS. Al-Mursalât: 50)

Apa hubungan kisah ini dengan bahasan kita tentang kebahagiaan?

Pengaruh kehidupan yang dirasakan manusia selama dua puluh empat jam adalah jalan yang menghubungkannya menuju sikap apatis (masa bodoh) dan mendorongnya ke arah kebingungan dan frustasi. Namun jika dia kembali dan menyempatkan diri untuk berdiam diri, serta menyimak firman Allah — yang dibacakan dengan suara yang bagus oleh *qari'* yang benar-benar menghayati bacaannya—ia akan mendapatkan kesadarannya kembali. Ia akan kembali lagi ke jiwanya. Keinginannya yang menyala-nyala pun akan kembali mereda. Pernyataan seperti ini sengaja saya kemukakan, karena saya ingin mengingatkan tentang adanya sekelompok orang yang menjadikan musik sebagai sebab kebahagiaan mereka. Bahkan, sampai menuliskan buku-buku panduan tentang hal itu. Menurut mereka, waktu yang paling baik adalah ketika mereka diam mendengarkan musik. Bahkan, seorang penulis Barat pernah menulis tentang tema-tema kebahagiaan dan kebingungan, serta menempatkan musik sebagai salah satu sebab kebahagiaan.

Sembahyang mereka di sekitar Baitullah itu, tidak lain hanyalah siulan dan tepukan tangan. **(QS. Al-Anfâl: 35)**

Dengan menyombongkan diri terhadap al-Quran itu dan mengucapkan perkataan-perkataan keji terhadapnya di waktu kamu bercakap-cakap di malam hari. **(QS. Al-Mu'minûn: 67)**

Ini adalah alternatif yang justru mendorong ke arah dosa dan hiburan yang diharamkan. Itu mereka, dan kita punya alternatif sendiri yang diturunkan kepada Muhammad. Yaitu, sebuah kebenaran dan pengarahan dari Dzat Yang Maha Memberi petunjuk dan Yang Maha Bijaksana, yang juga terdapat dalam Kitab Allah.

> *Yang tidak datang kepadanya (al-Qur'an) kebatilan baik dari depan maupun dari belakangnya, yang diturunkan dari Rabb mereka Yang Maha Bijaksana lagi Maha Terpuji.* **(QS. Fushshilat: 42)**

Ketika kita mendengar ayat al-Qur'an, maka kita telah masuk ke dalam ruangan yang penuh dengan nilai-nilai keimanan, nilai-nilai syariat, nilai-nilai Muhammad, dan Sunah Rasulullah.

> *Kamu lihat mata mereka mencucurkan air mata disebabkan kebenaran (al-Qur'an) yang telah mereka ketahui (dari kitab-kitab mereka sendiri).*
> **(QS. Al-Mâidah: 83)**

Sedangkan ketika mereka mendengarkan musik, maka mereka sedang mendengarkan sesuatu yang sia-sia. Dan ini tidak dilakukan, kecuali oleh orang-orang yang bodoh, tidak berakal, dan tidak memiliki cara berpikir yang jernih.

> *Dan, di antara manusia (ada) yang mempergunakan perkataan yang tidak berguna untuk menyesatkan (manusia) dari jalan Allah.*
> **(QS. Luqmân: 6)**

Setiap Orang Mencari Kebahagiaan, Tapi ...

Al-Iskafi menulis sebuah buku yang berjudul *Luthfut Tadbîr.* Buku ini sangat bermanfaat dan sangat menarik. Bahasan buku ini mengenai kepemimpinan, kebahagiaan, dan petunjuk jalan. Akal bulus, kelicikan, makar, dan kelihaian yang bercampur dengan penipuan yang banyak dilakukan oleh para raja, pemimpin, para penyair, sastrawan dan sejumlah ulama *su'.* Ini menunjukkan bahwa masing-masing diantara mereka menginginkan bisa mendapatkan ketenangan dan mencapai apa yang diinginkan. Sebagai gambaran, di bawah ini saya ketengahkan judul-judul bahasan dalam buku tersebut.

Rahasia Perencanaan; Menenangkan Kekacauan; Memperbaiki Perselisihan; Apa yang harus dilakukan oleh orang yang kalah?; Tipu Daya-

Tipu Daya Musuh; Tipu daya orang kecil terhadap orang besar; Mencegah Kejahatan dengan Ucapan, Mencegah Kejahatan dengan Kejahatan Serupa; Mencegah Kejahatan dengan Kelembutan; Sikap Lembut Menepis Kejahatan; Memperlakukan Penguasa; Membalas Terhadap Orang yang Merampas Hak Milik; Menjauh dari Kejahatan dan Menghindarinya; Menampakkan sesuatu demi menyembunyikan yang lain; dan judul-judul lain yang ada di dalam buku ini.

Menurut saya, setiap orang, siapa pun dia, akan mencari kebahagiaan dan ketenangan. Namun, hanya sedikit yang sampai ke sana dengan tetap berada di bawah sinar petunjuk dan mendapatkan keberuntungan. Setelah selesai membaca, saya mendapatkan tiga pokok kesimpulan dari buku tersebut.

Pertama, siapa pun yang tidak menjadikan Allah selalu berada di depan matanya, maka faedah-faedah yang dia dapatkan akan berubah menjadi kerugian. Kegembiraan yang dia peroleh akan menjelma menjadi kesedihan. Dan, kebaikannya akan berubah menjadi bencana.

> *Nanti Kami akan menarik mereka secara berangsur-angsur (ke arah kebinasaan) dengan cara yang tidak mereka ketahui.* **(QS. Al-A'râf: 182)**

Kedua, jalan berliku dan sulit yang ditempuh oleh banyak orang dengan mengabaikan ketentuan-ketentuan syariat untuk mendapatkan kebahagiaan. Sebenarnya, akan terasa lebih mudah dan singkat bila mereka mau menempuh jalan *syar'i* yang diajarkan oleh Nabi Muhammad s.a.w.

> *Dan sesungguhnya, kalau mereka melaksanakan pelajaran yang diberikan kepada mereka, tentulah hal yang demikian itu lebih baik bagi mereka dan lebih menguatkan (iman mereka).* **(QS. An-Nisâ` : 66)**

Dengan menempuh jalan yang diajarkan oleh Muhammad, maka mereka mendapatkan dua kebaikan sekaligus: dunia dan akhirat.

Ketiga, banyak orang yang kehilangan makna kehidupan di dunia dan di akhirat. Mereka menyangka bahwa dirinya telah melakukan yang terbaik dan telah mendapatkan kebahagiaan. Padahal, mereka gagal mendapatkan yang di sini maupun yang di sana kelak. Mengapa? Karena mereka berpaling dari jalan yang telah Allah tunjukkan melalui rasul-rasul-Nya, dan diterangkan lewat kitab-kitab-Nya. Yang diminta dan dikatakan oleh para rasul dan kitab-kitab Allah itu benar adanya.

Telah sempurnalah kalimat Rabb-mu (al-Qur'an), sebagai kalimat yang benar dan adil. Tidak ada yang dapat mengubah kalimat-kalimat-Nya.
(QS. Al-An'âm: 114)

Ada penguasa yang terjerat dalam permainan dan kesia-siaan. Setelah semua itu berakhir, maka ia pun ditimpa kesedihan mendalam dan keresahan yang sangat berat, ia pun akhirnya berteriak:

Tidak adakah kematian yang diperjualbelikan sehingga aku bisa membelinya, hidup ini tak lagi ada kebaikannya.

Jika aku melihat kuburan dari jarak jauh, aku ingin menjadi penghuni selanjutnya.

Tidak adakah orang yang kuasai jiwa yang merdeka, yang bersedekah dengan kematian untuk saudaranya?

Rehat

Perbanyaklah berdoa pada saat lapang. Yakni, ketika masih ada kenikmatan, ada rasa aman, dan terjauh dari segala sakit. Karena tanda orang mukmin yang bersyukur dan punya tekad yang kuat adalah ia akan terus mengasah "anak panahnya" sampai "anak panah" itu dilesatkan, dan akan senantiasa bersandar kepada Allah sampai keadaan memaksanya. Ini berbeda dengan orang kafir yang celaka dan orang mukmin yang bodoh.

Dan, apabila manusia itu ditimpa kemudharatan, dia memohon (pertolongan) kepada Rabb-nya dengan kembali kepada-Nya. Kemudian, apabila Rabb memberikan nikmat-Nya (kepadanya) lupalah dia akan kemudharatan yang pernah dia berdoa (kepada Allah) untuk (menghilangkannya) sebelum itu, dan dia mengada-adakan sekutu-sekutu bagi Allah. **(QS. Az-Zumar: 8)**

Dengan demikian menjadi jelas bahwa siapa pun yang ingin melepaskan diri dari semua belenggu bencana dan kesedihan, maka lisan maupun hatinya tidak boleh lalai untuk senantiasa ber*tawajjuh* kepada Dzat Yang Haq dengan cara memuji dan mengagungkan-Nya. Sebenarnya, maksud dari doa di masa lapang itu—sebagaimana dikatakan oleh Imam Al-Halimi—adalah doa yang berbentuk pujian, pernyataan syukur, dan pengakuan terhadap karunia yang Allah berikan, sekaligus berupa permintaan kenikmatan, pertolongan dari Allah, dan permohonan ampunan atas sikap meremehkan. Mengapa demikian? Karena sebagai seorang hamba—walaupun sudah berusaha sekuat tenaga tapi di mata Allah—ia

tetap belum mampu memenuhi hak-hak Allah secara sempurna. Sedangkan orang yang lalai dan tidak memperhatikan semua itu ketika berada dalam keadaan sehat, luang dan aman, ia merupakan bukti kebenaran firman Allah,

Maka apabila mereka naik kapal, mereka berdoa kepada Allah dengan memurnikan ketaatan kepada-Nya. Maka, tatkala Allah menyelamatkan sampai ke darat, tiba-tiba mereka (kembali) mempersekutukan (Allah). **(QS. Al-'Ankabût: 65)**

Surga *(Na'im)* dan Neraka *(Jahim)*

Salah satu surat kabar internasional memberitakan tentang usaha bunuh diri yang dilakukan oleh Perdana Menteri Prancis, pada masa pemerintahan Presiden Mitterand. Alasannya, karena sebagian media di Prancis melancarkan kritik pedas kepadanya serta mencemooh kebijakannya. Di sisi lain, orang yang malang ini tidak punya keimanan, ketenangan, dan kekuatan sebagai tempat kembali. Ia tidak tahu lagi kepada siapa harus bergantung. Maka, ia pun mengambil jalan keluar pintas, yakni menghabisi nyawanya sendiri.

Si malang ini tidak mendapatkan hidayah *rabbaniyah* sebagaimana tergambar dalam firman Allah berikut,

Dan, janganlah kamu bersempit dada terhadap apa yang mereka tipu dayakan. **(QS. An-Nahl: 127)**

Mereka sekali-kali tidak akan dapat membuat kemudharatan kepada kamu. **(QS. Ali 'Imrân: 111)**

Dan, bersabarlah terhadap apa yang mereka ucapkan dan jauhilah mereka dengan cara yang baik. **(QS. Al-Muzzammil: 10)**

Orang seperti itu telah kehilangan kunci hidayah dan jalan kebenaran.

Barangsiapa yang Allah sesatkan, maka baginya tak ada orang yang akan memberi petunjuk. **(QS. Al-A'râf: 186)**

Nasehat orang-orang di luar Islam kepada mereka yang dirundung kesedihan dan kesuntukan adalah agar mereka duduk di pinggiran sungai sambil mendengarkan musik, memainkan gitar, dan bermain ski.

Namun nasehat orang-orang Islam dan orang-orang yang ahli ibadah yang benar, adalah agar duduk di antara dua adzan, berdiri di tengah taman-taman surga, bergumam dengan dzikir, menyerah kepada *qadha'* dan *qadar*, menerima apa yang dibagikan oleh Allah dengan penuh keridhaan, dan bertawakal kepada-Nya.

"Bukankah kami telah melapangkan dadamu?"

Firman Allah ini ditujukan kepada Rasulullah. Makna firman itu benar-benar mengejawantah pada diri Rasulullah. Rasulullah adalah seorang yang sederhana, teduh, optimistis, semangatnya tinggi, perasaannya hidup, dan ringan kaki. Beliau dekat dengan hati masyarakat, sederhana dalam keagungannya. Dekat dengan sesama karena kharismanya, murah senyum, dicintai dengan segala ketinggian budi pekertinya, dikenal oleh orang jauh dan dekat. Dari sudut akhlak, Rasulullah sangatlah sempurna. Rona mukanya selalu berseri, dan pandai membaca gelagat orang yang diajak berbicara, enak diajak bicara, dan selalu murah senyum kepada semua yang datang. Beliau senang dengan pemberian Allah, sehingga tidak pernah mengenal putus asa, dan tidak pernah tertekan jiwanya. Beliau selalu memandang jauh ke depan. Beliau tidak suka kepada hal-hal yang berbelit-belit, *njlimet*, dan dibuat-buat. Pokoknya, semua nilai positif dalam berperilaku ada padanya, karena beliau adalah pembawa risalah. Beliau mengusung prinsip-prinsip hidup, teladan dan guru bagi umat manusia (apa pun generasinya), dan panutan bagi keluarga serta masyarakat. Dari sudut pandang keyakinan dan ideologi, beliau adalah model.

Pendek kata, beliau adalah penunjuk jalan ke arah kemudahan. Al-Qur'an dengan singkat menggambarkan dirinya sebagai orang yang,

> *... membuang dari mereka beban-beban dan belenggu-belenggu yang ada pada mereka.* **(QS. Al-A'râf: 157)**

Atau dengan ungkapan lain:

> *Rahmat bagi semesta.* **(QS. Al-Anbiyâ` : 107)**

> *Dan, untuk menjadi penyeru kepada agama Allah dengan izin-Nya dan untuk menjadi cahaya yang menerangi.* **(QS. Al-Ahzâb: 46)**

Sedangkan hal-hal yang menghambat risalah yang mudah ini adalah sikap kaku orang-orang *Khawarij*, kepalsuan ahli logika, kebodohan ahli

tasawuf, keangkuhan orang-orang yang sombong, sikap memanjakan perasaan yang dilakukan para penyair dan penyanyi, serta kesenangan buta para pemuja kehidupan dunia.

> *Maka Allah memberi petunjuk orang-orang yang beriman kepada kebenaran tentang hal yang mereka perselisihkan itu dengan kehendak-Nya. Dan, Allah selalu memberi petunjuk orang yang dikehendaki-Nya kepada jalan yang benar.* **(QS. Al-Baqarah: 213)**

Konsep Hidup yang Baik

Seorang cendekiawan asal Inggris pernah berkata, "Adalah sangat mungkin ketika Anda berada di balik jeruji besi untuk melihat cakrawala dan mengeluarkan bunga dari karangannya, kemudian Anda menciumnya dan tersenyum. Dan, Anda tetap di tempat itu. Adalah sangat mungkin ketika Anda berada di dalam istana, bersemayam di atas sutera dan beludru untuk marah serta jengkel terhadap urusan rumah, keluarga, dan harta Anda sendiri."

Belajar dari pernyataan di atas dapat disimpulkan bahwa kebahagiaan itu tidak ditentukan oleh tempat dan waktu, tapi oleh keimanan, kualitas ketaatan sebagai orang yang beragama, dan hati. Hati adalah tempat untuk melihat *Rabb*. Ketika di hati sudah tertancap sebuah keyakinan, maka akan muncul kebahagiaan yang mengalirkan kedamaian dan keteduhan ke dalam jiwa. Dari situ kebahagiaan akan meluap kepada yang lain. Dengan demikian, kebahagiaan itu berada di bukit-bukit, di lembah-lembah, dan di atas pepohonan.

Ahmad ibn Hanbal hidup bahagia, padahal pakaian putihnya penuh tambalan dan itu pun dia sendiri yang menjahitnya. Dia hanya memiliki tiga kamar yang terbuat dari tanah. Makanan yang dimakannya pun hanya sepotong roti dengan dilumuri minyak zaitun. Sepatunya—sebagaimana dikatakan oleh para penulis biografinya—sudah berumur tujuh belas tahun, yang selalu ditambal dan dijahitnya sendiri. Hanya sekali dalam sebulan ia makan daging. Dia sendiri lebih banyak puasa. Dia tinggalkan semua masalah keduniaan hanya untuk urusan mencari hadits. Karena itulah dia mendapatkan ketenangan, hidup tanpa beban dan damai. Dia memiliki pijakan yang kokoh, obsesi yang tinggi, sadar akan ke mana setelah kehidupan ini. Ia tahu bahwa hidup ini hanya untuk mencari pahala dari Allah dan untuk berusaha mencari akhirat dan surga.

Para khalifah di masanya—yang saat itu menguasai dunia—misalnya Al-Makmun, Al-Watsiq, Al-Mu'tashim, dan Al-Mutawakkil memiliki banyak istana, rumah mewah, emas, perak, tentara, lencana, tanda penghargaan, dan harta kekayaan lainnya. Apa saja yang mereka inginkan tersedia, tapi hidup mereka tertekan. Di sana sini hanya ada kekhawatiran dan kecemasan. Perang, pemberontakan, dan kekacauan politik selalu membuat pikirannya kalut. Pada saat sakaratul maut, mereka hanya bisa mengeluh karena menyesali kelalaian mereka untuk berbuat demi Allah.

Syaikul Islam Ibn Taimiyyah, hidup seorang diri, tidak punya keluarga, tidak punya rumah, tidak punya kekayaan dan pangkat. Dia hanya punya satu kamar yang menempel di samping Masjid Jami' Bani Umayyah, sebagai tempat tinggalnya. Hanya ada sepotong roti untuk makannya dalam sehari. Hanya ada dua potong baju yang dipakainya secara bergantian. Kadang kala dia tidur di dalam masjid. Namun, seperti yang ia katakan tentang dirinya, surganya ada di dalam dadanya, kematiannya adalah syahid, penjara adalah tempat untuk merenung, dan pengusiran dirinya adalah sebuah perjalanan wisata. Semua itu bisa terjadi karena pohon keimanan yang ada di dalam dadanya tegak lurus di atas akar yang memberikan makanan setiap saat sesuai dengan izin *Rabb*-nya. Pupuk pohon itu adalah *inayah rabbaniyah.*

Yang minyaknya (saja) hampir-hampir menerangi, walaupun tidak disentuh api. Cahaya di atas cahaya (berlapis-lapis), Allah membimbing kepada cahaya-Nya siapa yang Dia kehendaki. **(QS. An-Nûr: 35)**

Allah menghapuskan kesalahan-kesalahan mereka dan memperbaiki keadaan mereka. **(QS. Muhammad: 2)**

Dan, orang-orang yang mendapat petunjuk Allah menambah petunjuk kepada mereka dan memberikan ketakwaan kepada mereka (balasan) ketakwaannya. **(QS. Muhammad: 17)**

Kamu dapat mengetahui dari wajah mereka kesenangan hidup mereka yang penuh kenikmatan. **(QS. Al-Muthaffifîn: 24)**

Suatu hari, Abu Dzar berangkat menuju Rabdzah. Di sana ia mendirikan kemah, dan bersama istri dan anak-anak puterinya tinggal di sana. Hari-harinya lebih banyak diisi dengan puasa, dengan banyak mengingat *Rabb*-nya, dengan bertasbih, beribadah, membaca, dan berpikir. Kekayaan yang dimilikinya hanyalah sepotong baju, kemah untuk berteduh, seekor

kambing, sebuah piring besar, satu baki, dan sebilah tongkat. Ketika suatu saat teman-temannya datang mengunjunginya, dia ditanya, "Di mana (kekayaan) dunia(mu)?"

Jawab Abu Dzar, "Aku tak membutuhkan dunia di rumahku. Dan, Rasulullah telah mengabarkan kepada kita bahwa di depan nanti akan ada tantangan sangat berat, dan hanya orang yang tidak terbebani dunia yang mampu melewatinya."

Abu Dzar adalah sosok yang lapang dada, dan berhati dingin. Yang dimilikinya hanyalah apa yang dia butuhkan untuk bertahan hidup saja. Lebih dari itu, menurutnya hanyalah kesibukan, tidak penting, dan hanya menyebabkan keresahan saja.

Dalam sebuah syair yang berjudul *Abu Dzar fil Qarnil Khâmis 'Asyar* (Abu Dzar di Abad Lima Belas Hijriyah), saya sebutkan tentang keterasingan Abu Dzar, tentang kebahagiaannya, tentang kesendiriannya, dan tentang kehidupannya yang menjauh dari masyarakat demi jiwa dan prinsip-prinsipnya. Di situ ia seakan berbicara tentang dirinya sendiri:

Mereka bersikap lembut kepadaku namun aku keras,

mereka keras dengan kematian kubalas dengan lembut hingga aku merasa.

Mereka menaikkanku dalam kendaraan,

namun aku turun dan menaiki tekadku.

Mereka turunkan aku, lalu aku naik kebenaran yang sama.

Kuusir kematian di depanku lalu dia berpaling,

dan aku lewati kematian sedang terkantuk-kantuk.

Pasir-pasir telah menangisi kesendiriannya dan berkata,

Abu Dzar, jangan takut dan jangan putus asa.

Kukatakan, tak takut, sebab keyakinanku masih sangat belia,

aku takkan mati hingga aku diinjak.

Aku telah berjanji kepada sahabat dan teman karib,

dan aku belajar dari cita-citanya.

Apakah Kebahagiaan Itu?

"Jadilah engkau ibarat seorang yang terasing atau seorang yang numpang lewat saja." **(Al-Hadîts)**

"Maka beruntunglah orang-orang yang terasing." **(Al-Hadîts)**

Kebahagiaan itu bukanlah istana Abdul Malik ibn Marwan, bukan pula pasukan Harun ar-Rasyid, bukan rumah mewah Al-Jashshash, bukan harta simpanan Qarun, bukan yang ada di dalam buku *Asy Syifâ'* karya Ibn Sina, bukan pula dalam koleksi syair (*diwan*) Al-Mutanabbi, dan bukan di taman-taman Cordoba, atau kebun-kebun bunga lainnya.

Kebahagiaan itu, menurut para sahabat, adalah sesuatu yang tidak banyak menyibukkan, kehidupan yang sangat sederhana, dan penghasilan yang pas-pasan.

Kebahagiaan itu menurut Ibnul Musayyib adalah pemahamannya terhadap *Rabb*-nya, menurut Al-Bukhari *Shahîh*-nya, menurut Al-Hasan Al-Bashriy kejujurannya, menurut Asy-Syafi'iy hukum-hukum yang disimpulkannya, menurut Malik kehati-hatiannya, menurut Ahmad ibn Hanbal sikap *wara'*-nya, dan menurut Tsabit Al-Bunani ibadahnya.

> *Yang demikian itu ialah mereka tidak ditimpa kehausan, kepayahan dan kelaparan pada jalan Allah, dan tidak (pula) menginjak suatu tempat yang membangkitkan amarah orang-orang kafir, dan tidak menimpakan sesuatu bencana kepada musuh, melainkan dituliskan bagi mereka dengan yang demikian itu suatu amal salih.* **(QS. At-Taubah: 120)**

Kebahagiaan itu tidak terletak pada cek yang dicairkan, tidak pada kendaraan yang dibeli, bukan pada wangi bunga yang semerbak, bukan pada gandum yang ditumbuk, dan bukan pula pada kain yang dibentangkan.

Kebahagiaan itu adalah keriangan hati, karena kebenaran yang dihayatinya. Kebahagiaan adalah kelapangan dada, karena prinsip yang menjadi pedoman hidup. Juga, kebahagiaan adalah ketenangan hati, karena kebaikan di sekelilingnya.

Anggapan kita, ketika telah berhasil memperluas rumah, ketika bisa memperbanyak barang, dan ketika berhasil menumpuk semua perabotan dan apa saja yang kita senangi, kita akan bahagia, senang, dan gembira. Semua itu justru menjadi sebab jiwa resah, tertekan dan hanya menambah masalah. Karena bagaimanapun, segala sesuatu akan membawa keresahan, kesuntukan, dan 'pajak yang harus dibayar' untuk mendapatkannya.

> *Dan, janganlah kamu tujukan kedua matamu kepada apa yang telah Kami berikan kepada golongan-golongan dari mereka, sebagai bunga kehidupan dunia untuk Kami cobai mereka dengannya.* **(QS. Thâhâ: 131)**

Seorang reformis terbesar, Rasulullah, ternyata pernah hidup dalam kefakiran, sering membolak-balikkan tubuhnya di tempat tidur karena kelaparan. Di saat seperti itu, tak sebiji kurma pun yang bisa ia temukan untuk menahan rasa laparnya. Meski begitu, ia bisa hidup bahagia, tak banyak tekanan, dan damai. Tapi, hanya Allah lah yang tahu kebenaran semua itu.

Dan, Kami telah menghilangkan daripadamu beban yang memberatkan punggungmu. **(QS. Al-Insyirâh: 2-3)**

Dan, adalah karunia Allah atasmu sangat besar. **(QS. An-Nisâ` : 113)**

Allah lebih mengetahui di mana Dia menempatkan tugas kerasulan.
(QS. Al-An'âm: 124)

Dalam sebuah hadits sahih disebutkan: *"Kebaikan itu adalah akhlak yang baik, sedangkan dosa adalah apa yang terbesit di dalam dadamu, dan engkau tidak suka orang lain tahu hal itu."*

Dan, kebaikan adalah kelegaan di hati dan ketenangan di jiwa. Ada seorang penyair mengatakan,

"Kebaikan itu jauh lebih lestari walaupun zaman telah berlalu lama, tapi dosa adalah sejelek-jelek bekal yang engkau simpan."

Dalam hadits yang lain disebutkan: *"Kebaikan itu mendatangkan ketenangan, sedangkan dosa menimbulkan kecurigaan."* Terus terang, orang yang berbuat baik akan selalu tenang, sedangkan yang curiga akan selalu sibuk ingin tahu apa yang terjadi, apa yang terdetik di dalam hati orang, benda apa saja yang bergerak, dan segalanya.

Mereka mengira bahwa tiap-tiap teriakan ditujukan kepada mereka.
(QS. Al-Munâfiqûn: 4)

Mengapa? Karena mereka berbuat tidak baik. Adalah kenyataan bahwa orang yang berbuat tidak baik akan selalu resah, pikirannya ruwet, dan tidak pernah tenang karena takut.

Jika perbuatan orang itu buruk, maka buruk pulalah prasangkanya, dan yang biasanya dia anggap sebagai khayalan adalah benar.

Berbuat baik dan menjauhi segala keburukan adalah jalan bagi yang menginginkan kebahagiaan, untuk bisa tetap berada dalam rasa aman.

Orang-orang yang beriman dan tidak mencampuradukkan iman mereka dengan kezaliman (syirik), mereka itulah orang-orang yang mendapat keamanan dan mereka adalah orang-orang yang mendapat petunjuk.
(QS. Al-An'âm: 82)

Seorang penunggang kuda menghela kudanya dengan kencang hingga debu beterbangan di atas kepalanya. Ia hanya ingin melihat Sa'ad ibn Abi Waqqash yang saat itu sedang mendirikan kemahnya di tengah-tengah padang pasir, jauh dari ingar-bingar, dan jauh dari perhatian orang-orang. Di dalam kemah itu ia sendiri, jauh dari keluarganya, hanya ditemani beberapa ekor kambing. Si penunggang kuda itu pun mendekati kemah. Ternyata dia adalah anaknya, Umar. Si anak itu pun kemudian menghiba kepada bapaknya, "Ayahanda, orang-orang sedang berebut kekuasaan, tapi engkau malah menggembalakan kambing."

Sa'ad, si ayah, menjawab, "Aku berlindung kepada Allah dari keburukan dirimu. Sesungguhnya, aku lebih berhak memegang jabatan khalifah daripada aku hidup dengan selendang yang menggantung di tubuh ini. Namun aku pernah mendengar Rasulullah bersabda, *'Sesungguhnya Allah sangat menyenangi seorang hamba yang kaya, yang takwa, dan yang tidak menonjolkan diri'*."

Kemurnian kualitas agama seorang muslim jauh lebih agung daripada kerajaan Kaisar Romawi maupun Kisra Persia. Agamalah yang akan selalu bersamanya hingga nanti di surga. Tapi kekuasaan dan kedudukan, akan sirna.

Sesungguhnya, Kami mewarisi bumi dan semua orang yang ada di atasnya, dan hanya kepada Kamilah mereka dikembalikan. **(QS. Maryam: 40)**

Kepada-Nya lah Kata-kata Indah Itu Terpanjat

Nabi telah mengajarkan kepada para sahabat doa-doa yang penuh berkah dan baik. Menurut mereka, setiap doa itu jauh lebih baik daripada dunia dan seisinya. Dan, kelebihan para sahabat adalah bahwa mereka benar-benar memahami nilai dan kadar dari segala permasalahan.

Abu Bakar pernah meminta Rasulullah untuk diajarkan sebuah doa. Lalu, Rasulullah pun mengajarkan doa berikut:

رَبِّ إِنِّي ظَلَمْتُ نَفْسِي ظُلْمًا كَثِيرًا، وَلاَ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ إِلاَّ أَنْتَ، فَاغْفِرْلِي مَغْفِرَةً مِنْ عِنْدِكَ وَارْحَمْنِي إِنَّكَ أَنْتَ الْغَفُورُ الرَّحِيْمُ

"[Berdoalah:] Rabb-ku, aku telah sering menzalimi diri sendiri. Dan tidak ada yang mampu mengampuni dosa-dosa kecuali Engkau. Maka, ampunilah aku dengan ampunan yang ada di sisi-Mu. Berikanlah rahmat kepadaku, karena sesungguhnya Engkau Maha Pengampun lagi Maha Penyayang."

Kata Rasulullah kepada Abdullah ibn Abbas: *"Mohonlah kepada Allah ampunan dan afiat."*

Kepada Ali:

اللَّهُمَّ اهْدِنِي وَسَدِّدْنِي

"[Berdoalah:] Ya Allah, tunjukilah aku dan tepatkanlah langkahku."

Kepada Ubaid ibn Hushain:

اللَّهُمَّ الْهِمْنِي رُشْدِي وَقِنِي شَرَّ نَفْسِي

"Ya Allah, ilhamilah aku dengan petunjuk dan lindungilah aku dari keburukan diriku."

Kepada Syaddad ibn Aus:

اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ الثَّبَاتَ فِي الْأَمْرِ وَالْعَزِيْمَةَ عَلَي الرُّشْدِ وَشُكْرِ نِعْمَتِكَ وَحُسْنِ عِبَادَتِكَ وَأَسْأَلُكَ قَلْبًا سَلِيْمًا وَلِسَانًا صَادِقًا وَأَسْأَلُكَ مِنْ خَيْرِ مَا تَعْلَمُ وَأَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ مَا تَعْلَمُ وَأَسْتَغْفِرُكَ لِمَا تَعْلَمُ، إِنَّكَ أَنْتَ عَلاَّمُ الْغُيُوبِ

"[Berdoalah:]Ya Allah, aku memohon kepada-Mu ketegaran dalam segala perkara, kegigihan dalam petunjuk, keinginan hati untuk mensyukuri nikmat-Mu, dan untuk menyembah-Mu dengan baik. Ya Allah, aku mohon kepada-Mu hati yang bersih dan lisan yang jujur. Aku mohon kepada-Mu kebaikan yang Engkau ketahui dan aku berlindung kepada-Mu dari kejahatan yang Engkau ketahui. Aku juga meminta ampunan dari apa yang Engkau ketahui, sesungguhnya Engkau Maha Mengetahui segala yang gaib."

Kepada Mu'adz ibn Jabal:

اللّٰهُمَّ أَعِنِّ عَلَيَّ ذِكْرِكَ وَشُكْرِكَ وَحُسْنِ عِبَادَتِكَ

"[Berdoalah:] Ya Allah, bantulah aku untuk mengingat-Mu, bersyukur kepada-Mu, dan memperbaiki (kualitas) ibadah kepada-Mu."

Kepada 'Aisyah: اللّٰهُمَّ إِنَّكَ عَفُوٌّ تُحِبُّ الْعَفْوَ فَاعْفُ عَنِّ

[Berdoalah:] Ya Allah, sesungguhnya Engkau sangat mencintai ampunan maka ampunilah aku."

Intinya, doa-doa itu adalah meminta keridhaan dan rahmat Allah di akhirat nanti. Meminta kepada Allah agar terhindar dari murka dan kepedihan siksa-Nya, dan memohon bantuan-Nya agar dapat beribadah dan bersyukur kepada-Nya.

Namun dari sekian banyak permintaan, ada satu hal yang menyatukan segala macam permintaan itu; yakni memohon kepada yang ada di sisi Allah, dan agar dipalingkan dari hal-hal yang ada di dunia. Dalam doa-doa itu, yang diminta bukanlah harta dunia yang fana, semua yang bersangkutan dengannya, dan segala keindahannya. Sebab, semuanya toh tak ada nilainya.

"Dan, begitulah azab *Rabb*-mu, apabila Dia mengazab penduduk negeri-negeri yang berbuat zalim"

Yang menjadikan seorang hamba itu sengsara, kakinya tergelincir, dan wibawanya jatuh adalah kezalimannya terhadap sesama hamba Allah, hak-hak mereka dirampasnya, dan penindasannya terhadap yang lemah. Karena itulah, seorang bijak bestari mengatakan, "Takutlah kepada orang yang tak lagi punya penolong (untuk menghindar) dari (perlakuan keji)mu selain Allah."

Tentang akibat dari kezaliman itu, sejarah mengabadikan sekian banyak contoh yang masih segar dalam ingatan kita.

Adalah Amir ibn ath-Thufail yang berusaha menipu dan membunuh Rasulullah dengan licik. Rasulullah hanya mendoakannya, dan selanjutnya Allah mengujinya dengan penyakit gondok di lehernya, yang kemudian ia mati karenanya. Ia mengerang kesakitan saat kematiannya.

Arbad ibn Qais selalu menyakiti Rasulullah dan pernah berusaha membunuhnya. Rasulullah hanya mendoakannya saja, dan seketika itu Allah menurunkan petir yang menyambar dan membakarnya hingga mati bersama unta yang ditungganginya.

Beberapa saat sebelum Hajjaj membunuh Sa'id ibn Jubair, Sa'id berdoa kepada Allah: "Ya Allah, jangan Engkau jadikan ia berbuat jahat kepada orang lain setelah aku."

Setelah membunuhnya, tiba-tiba tangan Hajjaj ditumbuhi bisul yang kemudian menyebar ke seluruh tubuhnya. Hajjaj melenguh seperti sapi. Setelah itu ia mati mengenaskan.

Sufyan ats-Tsauri bersembunyi karena takut pada Abu Ja'far al-Manshur. Ketika al-Manshur berangkat menuju Baitullah, pada saat yang sama Sufyan berada di dalam Masjidil Haram. Sufyan berdiri dan memegang dinding Ka'bah sambil berdoa kepada Allah memohon agar Abu Ja'far tidak bisa memasuki Rumah-Nya tersebut. Tiba-tiba saja Abu Ja'far meninggal di sumur Maymun sebelum menginjakkan kakinya di kota Makkah.

Ahmad ibn Abi Duad Al-Qadhi Al-Mu'taziliy pernah ikut menyiksa Ahmad ibn Hanbal. Ahmad ibn Hanbal kemudian mendoakan mereka, dan kepada Ahmad ibn Abi Duad Allah menimpakan ujian yakni tubuhnya mati separo. Kata Ahmad ibn Abi Duad tentang penyakitnya itu, "Kalau bagian tubuhku (yang hidup ini) dihinggapi lalat, aku seperti mengira Kiamat telah dibangkitkan, sedang bagian yang mati tak merasakan apa pun sekalipun digergaji."

Ahmad ibn Hanbal juga pernah mendoakan menteri Ibn Zayyat. Dan, kemudian oleh orang-orang yang pernah disiksanya, menteri ini diseret ke penjara, dipanggang di atas bara api, dan kepalanya dipaku di mana-mana.

Hamzah al-Basyuni pernah menyiksa kaum muslimin di penjara Jamal Abdul Nasr. Ketika itu, ia sesumbar dengan pongah, "Di mana tuhanmu? Aku jebloskan sekalian ke dalam penjara besi ini." Maha Tinggi Allah dari segala yang dikatakan orang-orang zalim seperti itu. Dan tak lama setelah itu, mobil yang dikendarainya ditabrak—saat hendak pergi ke Iskandariyah—oleh sebuah truk yang mengangkut besi. Ia tewas dengan tubuh tembus tertusuk besi dari kepala hingga ke isi perutnya. Hanya sebagian dari tubuhnya yang bisa dikeluarkan dari dalam mobilnya:

Dan, berlaku angkuhlah Fir'aun dan bala tentaranya di bumi (Mesir) tanpa alasan yang benar dan mereka menyangka bahwa mereka tidak akan dikembalikan kepada Kami. **(QS. Al-Qashash: 39)**

Dan, mereka berkata: "Siapakah yang lebih besar kekuatannya dari kami?" Dan apakah mereka itu tidak memperhatikan bahwa Allah yang menciptakan mereka adalah lebih besar kekuatan-Nya dari mereka? **(QS. Fushshilat: 15)**

Demikian pula yang terjadi pada Shalah Nasr, salah seorang panglima Abdul Nasr, satu dari sekian banyak orang yang banyak melakukan kezaliman dan kerusakan di bumi. Di akhir masa hidupnya, dia mengidap lebih dari sepuluh macam penyakit kronis yang menahun. Untuk beberapa waktu, ia hidup dalam sengsara karena secara medis sudah tidak bisa diobati lagi. Akhirnya, ia mati di balik terali sempit sebagai tahanan para pemimpin yang pernah dihormati.

Yang berbuat sewenang-wenang dalam negeri. Lalu, mereka berbuat banyak kerusakan dalam negeri itu. Karena itu Rabb-mu menimpakan kepada mereka cemeti azab. **(QS. Al-Fajr: 11-13)**

"Sesungguhnya, Allah akan membiarkan seorang yang zalim melakukan kejahatan, sehingga apabila Allah menyiksanya, maka tidak dibiarkan-Nya lepas." **(Al-Hadîts)**

"Hati-hatilah terhadap doa orang-orang yang dizalimi, karena sesungguhnya antara doanya dan Allah tidak ada hijab yang menghalangi." **(Al-Hadîts)**

Doa Orang-orang yang Dizalimi

Ibrahim at-Tamimi pernah berkata: "Jika seseorang menzalimiku, maka aku akan mengasihinya."

Di Khurasan, ada seorang salih yang pernah kecurian uang dinarnya. Ia hanya bisa menangis karena kehilangan itu. Al-Fudhail kemudian bertanya, "Mengapa engkau menangis?"

Orang itu menjawab, "Aku ingat bahwa nanti di hari Kiamat, Allah akan mengumpulkan aku dengan pencuri ini. Aku kasihan padanya."

Ada seseorang pernah mencela ulama salaf. Tapi ulama ini malah memberinya hadiah berupa kurma. Katanya, "Karena dia telah melakukan kebaikan terhadapku."

Saya Katakan, "Sayalah yang di depan pintu itu."

Di gedung Perserikatan Bangsa Bangsa (PBB) terdapat sebuah papan yang bertuliskan sebuah cuplikan indah syair yang pernah ditulis oleh As-Sa'di Asy-Syairazi. Syair itu telah diterjemahkan ke dalam bahasa Inggris. Syair itu berisikan seruan untuk persaudaraan, solidaritas, dan persatuan. Isinya sebagai berikut:

Orang yang kucintai bertanya saat aku mengunjunginya,

siapa yang berdiri di depan pintu? Jawabku, aku.

Katanya, kau salah kenalkan diri ketika kita dipisahkan di dalamnya.

Setahun telah berlalu dan tatkala aku mendatanginya,

kuketuk pintu dengan melemahkannya.

Dia bertanya kepadaku, siapa engkau,

Kujawab, kulihat hanya engkau di depan pintu.

Dia berkata padaku, kau telah tepat kenalkan diri

dan kau tahu makna cinta, masuklah.

Seorang hamba harus punya teman yang membantu untuk menghiburnya dan pasangan untuk berbagi rasa.

Dan, jadikanlah untukku pembantu dari keluargaku. (Yaitu) Harun, saudaraku. Teguhkanlah dengan dia kekuatanku. Dan jadikan dia sekutu dalam urusanku. Supaya kami banyak bertasbih kepada Engkau. Dan banyak mengingat-Mu. **(QS. Thâhâ: 29-34)**

Mengeluh itu harus kepada kerabat yang menghibur, menolong, dan mengasihi.

Sebagian mereka adalah penolong bagi sebagian yang lain.

(QS. At-Taubah: 71)

Seakan-akan mereka bangunan yang tersusun kokoh.

(QS. Ash-Shaff: 4)

Dan, Dia mempersatukan hati mereka (orang-orang yang beriman).
(QS. Al-Anfâl: 63)

Sesungguhnya orang-orang mukmin adalah bersaudara.
(QS. Al-Hujurât: 10)

Harus Ada Teman

Ketika Anda mendapatkan manfaat dari pertemanan dan merasa bahagia dengan perkawanan, maka itu adalah kebahagiaan tersendiri buat Anda. *"Di mana orang-orang yang saling mencintai karena kebesaran-Ku? Hari ini, di hari yang tidak ada naungan, kecuali naungan-Ku, Aku naungi mereka dengan naungan-Ku."* **(Al-Hadîts)**

"Dan, dua orang yang saling mencinta karena Allah, berkumpul karena-Nya dan berpisah karena-Nya." **(Al-Hadîts)**

Rasa Aman Adalah Keharusan Agama dan Rasio

Mereka itulah orang-orang yang mendapatkan keamanan dan mereka itulah orang-orang yang mendapat petunjuk. **(QS. Al-An'âm: 82)**

Yang telah memberi makanan kepada mereka untuk menghilangkan lapar dan mengamankan mereka dari ketakutan. **(QS. Quraisy: 3)**

Dan, apakah Kami tidak meneguhkan kedudukan mereka dalam daerah haram (tanah suci) yang aman. **(QS. Al-Qashash: 57)**

Barangsiapa memasukinya (Baitullah itu) menjadi amanlah dia.
(QS. Ali 'Imrân: 97)

Kemudian, antarkanlah ia ke tempat yang aman baginya.
(QS. At-Taubah: 6)

Rasulullah bersabda, *"Barangsiapa tidur dengan perasaan aman di hatinya, sehat badannya, dan memiliki makanan yang cukup untuk sehari, maka dia ibarat orang yang dikuasakan atas dunia dengan segala isinya."*

Hati yang *aman* adalah hati yang disertai kualitas keimanannya, kedalamannya untuk menyelami kebenaran, dan kualitas keyakinannya.

Rumah yang *aman* adalah rumah yang tidak menerima hal-hal tidak benar, rumah yang mencegah tindakan memalukan, rumah yang selalu diliputi ketenangan, dan rumah yang menjadikan *burhan rabbani* sebagai acuan bagi penghuninya.

Sedangkan umat yang *aman* adalah umat yang digalang di atas rasa cinta, umat yang dibangun di atas prinsip keadilan, dan umat yang memilih syariah sebagai jalan hidupnya.

Lawan kata *aman* adalah was-was.

> *Maka keluarlah Musa dari kota itu dengan rasa takut menunggu-nunggu.* **(QS. Al-Qashash: 21)**

> *Karena itu, janganlah kamu takut kepada mereka, tetapi takutlah kepada-Ku, jika kamu benar-benar orang yang beriman.* **(QS. Ali 'Imrân: 175)**

Orang yang takut tidak akan pernah merasa tenang. Orang yang mengingkari keberadaan Allah, tidak akan pernah merasa aman. Dan orang yang sakit, tidak akan pernah merasa hidup.

Umur itu adalah kesehatan dan kecukupan,

jika keduanya tiada maka umur tidak lagi berharga.

Demi Allah, alangkah sengsaranya dunia. Jika sisi yang satu baik, maka sisi yang lain buruk; jika harta datang, maka tubuh terkulai sakit; jika badan sehat, tiba-tiba musibah menghadang; dan jika keadaan mulai membaik dan bisa dikendalikan, maka kematian datang.

Penyair al-A'sya meninggalkan Najd dengan tujuan menemui Rasulullah, memujinya dengan bait-bait syair, dan menyatakan niatnya untuk masuk Islam. Di tengah jalan Abu Sufyan menemuinya dan menawarkan seratus unta, dengan syarat tidak melanjutkan perjalanannya dan kembali ke rumahnya. Penyair itu pun mengambil unta-unta itu, dan pulang. Dia pulang dengan menunggang salah satu unta itu. Tiba-tiba unta itu melemparkannya hingga ia jatuh tersungkur, lehernya patah, dan mati dengan kegagalan mendapatkan agama dan kekayaan. Berikut syair yang akan dipersembahkan kepada Rasulullah itu,

Masa muda, uban, kebutuhan, dan kekayaan

semua ini adalah milik Allah, maka kenapa engkau masih ragu?

Jika engkau pergi dengan tidak membawa ketakwaan

dan berjumpa dengan orang-orang yang telah membekali diri,

kau akan menyesal kenapa kau tidak menjadi seperti dia,

dan jika engkau tidak siap maka dia telah siap.

Kemuliaan-kemuliaan yang Akan Sirna

Kebahagiaan yang abadi dan sempurna adalah kebahagiaan yang hakiki. Dimaksudkan dengan abadi adalah kebahagiaan itu tetap bertahan mulai dari dunia hingga di akhirat kelak, mulai dari alam gaib hingga di alam kenyataan, mulai hari ini dan esok. Sedang yang dimaksud dengan sempurna adalah ketika kebahagiaan itu tidak dirusak oleh kesengsaraan dan tidak dicemari oleh amarah.

An-Nu'man ibn Al-Mundzir, raja Irak itu, sedang duduk di bawah sebatang pohon sambil melihat-lihat pemandangan dan menikmati minuman keras. Adi ibn Zaid—seorang yag sangat bijak itu—punya keinginan menasehatinya. Katanya, "Paduka Raja, tahukah Anda apa yang dikatakan pohon ini?"

Sang raja balik bertanya, "Apa yang dia katakan?"

Jawab Adi, "Dia berkata,

Banyak orang mencari kesenangan di sekeliling kita,

mencampurkan khamer dengan air segar.

Kemudian waktu mempermainkannya,

dan begitulah waktu: berubah dari satu wajah ke wajah yang lain."

Mendengar itu an-Nu'man mendadak tersadar, minuman keras ditinggalkannya. Dan, ia hidup terlunta-lunta hingga meninggal.

Lain lagi dengan Syah Iran yang sedang merayakan 2.500 tahun berdirinya kerajaan Persia. Dia merencanakan ekspansi kekuasaan dan wilayahnya. Namun secara tiba-tiba kekuasaannya justru 'dicabut' hanya dalam hitungan malam.

Engkau berikan kerajaan kepada orang yang Engkau kehendaki dan Engkau cabut kerajaan dari orang yang Engkau kehendaki. **(QS. Ali 'Imrân: 26)**

Nasibnya kemudian sangat mengenaskan: diusir dari istananya, rumah-rumah mewahnya, dan kenikmatan dunia miliknya. Dia mati merana jauh dari negerinya, dalam keadaan bangkrut, dan tidak ada seorang pun menangisi kematiannya.

Alangkah banyaknya taman dan mata air yang mereka tinggalkan. Dan kebun-kebun serta tempat-tempat yang indah-indah, dan kesenangan-kesenangan yang mereka menikmatinya. **(QS. Ad-Dukhân: 25-27)**

Demikian juga dengan Ceausescu, Presiden Romania, yang memerintah selama dua puluh lima tahun. Dia memiliki pengawal khusus sebanyak 70.000 personil. Namun kemudian, justru rakyatnya yang mengepung istananya, mencincang kekuasaannya, berikut tentaranya:

Maka tidak ada padanya satu golongan yang menolongnya terhadap azab Allah, dan tiadalah ia termasuk orang-orang (yang dapat) membela diri.
(QS. Al-Qashash: 81)

Dia telah pergi, dengan tanpa mendapatkan dunia maupun akhirat.

Hal yang sama juga terjadi pada Presiden Filipina, Ferdinand Marcos. Selama memerintah, dia telah menimbun kekuasaan dan harta. Dan, rakyatnya dibiarkan menderita dan dicekoki dengan berbagai kesengsaraan. Namun kemudian Allah membuatnya menderita dan sengsara, terusir dari negerinya, keluarganya dan kekuasaannya. Tak ada lagi tempat mengadu. Dan, ia pun mati dalam keadaan menderita, rakyatnya menolak jasadnya dimakamkan di negerinya.

Bukankah Dia telah menjadikan tipu daya mereka (untuk menghancurkan Ka'bah) itu sia-sia. **(QS. Al-Fîl: 2)**

Maka Allah mengazabnya dengan azab akhirat dan azab di dunia.
(QS. An-Nâzi'ât: 25)

Maka, masing-masing (mereka itu) Kami siksa disebabkan dosanya.
(QS. AL-'Ankabût: 40)

Mencari Keutamaan Adalah Mahkota untuk Hidup Bahagia

Untuk mendapatkan kebahagiaan, rasa aman, dan ketenangan maka setiap hamba dituntut untuk melakukan nilai-nilai keutamaan, sifat-sifat mulia, dan tindakan-tindakan yang baik.

"Berusahalah untuk melakukan apa yang bermanfaat untukmu dan memohonlah pertolongan kepada Allah." **(Al-Hadîts)**

Pernah seorang sahabat meminta Rasulullah agar kelak di surga ia menjadi temannya. Maka, Rasulullah pun bersabda, *"Bantulah aku dengan (usaha dari) dirimu berupa memperbanyak sujud kepada Allah. Karena setiap sujud yang Anda lakukan kepada Allah akan mengangkat derajatmu satu (tingkat lebih tinggi)."*

Sahabat yang lain meminta satu kebaikan yang sudah mencakup seluruhnya. Rasulullah bersabda, *"Bahwa lidahmu selalu basah dengan berdzikir kepada Allah."*

Sedangkan sahabat yang ketiga meminta kebaikan yang serupa, Rasulullah mengatakan, *"Jangan sekali-kali mencerca seorang pun. Jangan pula memukul seseorang dengan tanganmu. Jika seseorang mencercamu karena apa yang dia ketahui tentang dirimu, maka janganlah balik mencercanya terhadap apa yang engkau ketahui tentang dirinya. Jangan sekali-kali meremehkan kebaikan, meski itu hanya dengan menuangkan (air di) timbamu ke dalam tempat minum orang yang kehausan."*

Dalam konteks berburu keutamaan, yang dibutuhkan adalah kecepatan dan tindakan yang segera.

"Bersegeralah berbuat, karena itu nanti akan menjadi fitnah." **(Al-Hadîts)**
"Bersegeralah melakukan lima hal sebelum datangnya lima hal yang lain." **(Al-Hadîts)**

Dan, bersegeralah kamu kepada ampunan dari Rabb-mu dan kepada surga. **(QS. Ali 'Imrân: 133)**

Sesungguhnya, mereka adalah orang-orang yang selalu bersegera dalam (mengerjakan) perbuatan-perbuatan yang baik. **(QS. Al-Anbiyâ` : 90)**

Dan, orang-orang yang paling dahulu beriman, merekalah yang paling dulu (masuk surga). **(QS. Al-Wâqi'ah: 10)**

Jangan lamban untuk melakukan kebaikan, jangan menunggu waktu untuk melakukan perbuatan yang baik, dan jangan selalu mengulur-ulur kesempatan dengan mengatakan, "Nanti, saya pasti akan ...," untuk mencari keutamaan.

Denyut hati manusia mengatakan,

sesungguhnya kehidupan adalah hitungan menit dan detik.

Dan, untuk yang demikian itu hendaknya orang berlomba-lomba.
(QS. Al-Muthaffifîn: 26)

Dalam keadaan menahan sakit — karena dibokong dan darah segar yang masih mengalir deras — Umar ibn Khaththab sempat melihat seorang pemuda yang menjuntaikan sarungnya hingga menyeret tanah. Umar pun menegurnya, "Wahai anak saudaraku, angkatlah sarungmu karena itu lebih takwa di mata Rabb-mu dan lebih bersih untuk pakaianmu."

Yang dilakukan Umar ini termasuk *amar ma'ruf* yang dilakukan pada saat sakaratul maut.

> *(Yaitu) bagi siapa di antaramu yang berkehendak akan maju atau mundur.* **(QS. Al-Muddatstsir: 37)**

Kebahagiaan tidak bisa diraih hanya dengan tidur yang panjang, bersikap masa bodoh, dan meninggalkan nilai-nilai yang tinggi.

> *Tetapi Allah tidak menyukai keberangkatan mereka, maka Allah melemahkan keinginan mereka, dan dikatakan kepada mereka: "Tinggallah kamu bersama dengan orang-orang yang tinggal itu."* **(QS. At-Taubah: 46)**

Ayat berikut menggambarkan cara berpikir orang-orang yang bercita-cita rendah dan berjiwa kerdil,

> *Janganlah kamu berangkat (pergi berperang) dalam panas terik ini.* **(QS. At-Taubah: 81)**

Allah mencegah hamba-Nya untuk menunda pekerjaan yang baik.

> *Apakah sebabnya apabila dikatakan kepada kamu: "Berangkatlah (untuk berperang) pada jalan Allah," kamu merasa berat dan ingin tinggal di tempatmu?* **(QS. At-Taubah: 38)**

> *Dan, sesungguhnya di antara kamu ada orang yang sangat berlambat-lambat (ke medan perang).* **(QS. An-Nisâ` : 71)**

> *Tetapi dia cenderung kepada dunia.* **(QS. Al-A'râf: 176)**

> *Mengapa aku tidak mampu berbuat seperti burung gagak ini.* **(QS. Al-Mâ`idah: 31)**

> *Yang demikian itu disebabkan karena sesungguhnya mereka mencintai kehidupan di dunia lebih dari akhirat.* **(QS. An-Nahl: 107)**

> *Dan, janganlah kamu berbantah-bantahan, yang menyebabkan kamu menjadi gentar.* **(QS. Al-Anfâl: 46)**

Dan, apabila mereka berdiri untuk shalat mereka berdiri dengan malas.
(QS. An-Nisâ` : 142)

Rasulullah pernah berdoa: *"Ya Allah aku berlindung kepada-Mu dari rasa malas."*

Dia juga pernah bersabda: *"Orang yang cerdik adalah orang yang mampu menaklukkan hawa nafsunya dan melakukan persiapan setelah kematian, sedangkan orang yang bodoh adalah orang yang mengikuti hawa nafsunya dan berangan-angan mengharap pertolongan Allah."*

Keabadian Itu Ada di Sana, Bukan di Sini

Apakah Anda ingin selalu awet muda, sehat, kaya, dan tidak akan mati? Jika Anda menginginkan itu, maka bukan di dunia tempatnya, tapi di akhirat. Kehidupan dunia ini telah Allah ciptakan untuk sebuah penderitaan dan kefanaan. Allah saja menyebutnya sebagai "main-main, senda gurau, dan penuh tipu daya".

Pernah seorang penyair hidup tanpa uang dan tidak punya apa-apa, padahal dia sedang berada di puncak usia keemasannya. Dia pernah berusaha mencarinya, tapi tak mendapatkannya. Pernah mencoba menikahi seorang gadis, tapi gagal. Ketika kemudian usianya sudah lanjut, rambutnya telah beruban, dan tulang-tulangnya telah mulai rapuh, harta itu datang sendiri kepadanya dari mana saja, istri tak susah didapat, juga tempat tinggal. Tapi ini justru membuatnya mengeluh,

"Apa yang kuharapkan saat berusia dua puluhan

kudapatkan saat umurku lewat tujuh puluhan

Wanita-wanita cantik Turki mengelilingi diriku,

laksana kijang di tengah-tengah pegunungan.

Orang-orang berkata, keluhanku membuatmu tak nyenyak tidur.

Semalam apa yang kau keluhkan?

Kujawab, usia delapan puluhan."

Dan, apakah Kami tidak memanjangkan umurmu dalam masa cukup untuk berpikir bagi orang yang mau berpikir, dan (apakah tidak) datang kepadamu pemberi peringatan. **(QS. Fâthir: 37)**

Dan, mereka menyangka bahwa mereka tidak akan dikembalikan kepada Kami. **(QS. Al-Qashash: 39)**

Dan, tiadalah kehidupan dunia ini melainkan senda gurau dan main-main. **(QS. Al-'Ankabût: 64)**

Perumpamaan kehidupan ini adalah seorang musafir yang sedang bernaung di bawah sebatang pohon, yang sejenak kemudian pergi dan meninggalkan pohon itu.

Musuh-musuh *Manhaj Rabbani*

Setelah membaca buku-buku yang ditulis oleh "orang-orang yang ingkar kepada Allah dan merintangi *manhaj* Allah" baik berbentuk puisi maupun prosa, saya menjadi tahu bahwa ucapan orang-orang yang menyimpang dari *manhaj* Allah di muka bumi ini dan semua kekurangajaran mereka, menunjukkan sikap bermusuhan yang terbuka terhadap prinsip-prinsip kebenaran hakiki dan ajaran-ajaran *Rabbani*. Dari membaca itu, saya dapat menyimpulkan bahwa orang akhirnya tidak malu untuk menjiplak apa yang mereka katakan, tulis, dan ungkapkan.

Saya akhirnya mengerti bahwa orang yang tidak punya prinsip dan tidak mengemban misi, sesungguhnya telah berubah menjadi binatang melata dalam bentuk manusia, dan berubah menjadi hewan dalam wujud manusia.

Atau, apakah kamu mengira bahwa kebanyakan mereka itu mendengar atau memahami. Mereka itu tiada lain hanyalah seperti binatang ternak, bahkan mereka lebih sesat jalannya (dari binatang ternak itu).

(QS. Al-Furqân: 44)

Pada saat membaca buku-buku seperti itu, terbesit pertanyaan-pertanyaan yang kemudian saya lontarkan kepada diri sendiri: Bagaimana bisa orang-orang seperti itu akan bahagia, sementara mereka telah berpaling dari si Pemilik kebahagiaan itu sendiri, yang akan Ia berikan kepada siapa saja yang Ia kehendaki?

Bagaimana bisa mereka akan bahagia, sementara mereka telah memutuskan tali hubungan dengan Allah, mereka telah menutup pintu-pintu antara diri mereka yang tak berarti dan sakit itu, dengan rahmat Allah yang maha luas?

Bagaimana mereka akan bahagia, sementara mereka telah membuat Allah murka?

Bagaimana mereka akan mendapatkan ketenangan, sementara mereka telah memerangi-Nya?

Namun saya dapat menangkap bahwa hukuman pertama yang menimpa mereka di dunia ini, merupakan tahap awal perkenalan mereka dengan kesengsaraan di akhirat nanti—jika mereka tidak bertaubat—yang berupa neraka Jahannam, kesengsaraan hidup, ketidakacuhan, dan tekanan mental.

> *Dan, barangsiapa yang berpaling dari peringatan-Ku, maka sesungguhnya baginya penghidupan yang sempit.* **(QS. Thâhâ: 124)**

Tak jarang mereka ingin menghilang saja dari dunia ini, ingin segera mengakhiri kehidupannya, ingin agar dunia dibanting saja, dan meninggalkan kehidupan ini.

Kesamaan antara orang-orang yang ingkar kepada Allah dahulu dan sekarang adalah bahwa mereka sama-sama kurang ajar kepada Allah. Mereka menerapkan nilai-nilai dan prinsip-prinsip secara serampangan. Mereka masa bodoh terhadap akibat buruk. Mereka tidak peduli terhadap apa yang mereka katakan, tulis, dan kerjakan.

> *Maka, apakah orang-orang yang mendirikan masjidnya di atas dasar takwa kepada Allah dan keridhaan-Nya itu yang baik, ataukah orang-orang yang mendirikan bangunan di tepi jurang yang runtuh, lalu bangunan itu jatuh bersama-sama dengan dia ke dalam neraka Jahannam? Dan, Allah tidak memberikan petunjuk kepada orang-orang yang zalim.* **(QS. At-Taubah: 109)**

Bagi mereka yang ingkar itu, jalan keluar satu-satunya dari keresahan jiwa, kesuntukan nurani, dan kesedihan hati—jika mereka tidak mau bertaubat dan tidak mau mencari hidayah—adalah bunuh diri.

> *Katakanlah (kepada mereka): "Matilah kamu karena kemarahanmu itu."*
> **(QS. Ali 'Imrân: 119)**

> *Maka bunuhlah dirimu. Hal itu adalah lebih baik bagimu.*
> **(QS. Al-Baqarah: 54)**

Hakikat Kehidupan Dunia

Ukuran kebahagiaan itu ada dalam Kitab Allah yang agung, dan takaran dari segala sesuatu itu ada dalam kualitas dzikir kepada Yang Maha Bijaksana. Dialah yang menetapkan segala sesuatu, nilai dan balasannya kepada hamba, baik ketika masih di dunia maupun ketika di akhirat kelak.

> *Dan, sekiranya bukan karena hendak menghindari manusia menjadi umat yang satu (dalam kekafiran), tentulah Kami buatkan bagi orang-orang yang kafir kepada Rabb Yang Maha Pemurah loteng-loteng perak bagi rumah mereka dan (juga) tangga-tangga (perak) yang mereka menaikinya. Dan (Kami buatkan pula) pintu-pintu (perak) bagi rumah-rumah mereka dan (begitu pula) dipan-dipan yang mereka bertelekan atasnya. Dan (Kami buatkan pula) perhiasan-perhiasan (dari emas untuk mereka). Dan semuanya itu tidak lain hanyalah kesenangan kehidupan dunia, dan kehidupan akhirat itu di sisi Rabb-mu adalah bagi orang-orang yang bertakwa.*
>
> **(QS. Az-Zukhruf: 33-35)**

Ayat ini menggambarkan dengan jelas tentang; kesementaraan, nilai-nilai materi, dan status sosial (yang meliputi: kehidupan, istana-istana, rumah-rumah mewah, emas, perak, dan kedudukan sosial).

Dengan memberikan segala sesuatu kepada orang-orang kafir secara sekaligus dan sebaliknya, tidak memberikannya kepada kaum mukmin adalah dimaksudkan untuk menjelaskan seberapa besar nilai kehidupan dunia ini kepada umat manusia. Dengan kata lain, itulah ketidakberhargaan dunia.

Utbah ibn Ghazwan, seorang sahabat Rasulullah yang terkenal itu, heran ketika ia sesekali berkhutbah Jum'at. Ia bernostalgia: bagaimana getirnya saat itu ketika bersama Rasulullah, ketika hanya bisa makan daun, baik pada saat-saat jihad, pada saat-saat senggang, dan pada saat-saat bahagia. Kemudian, bagaimana ia meninggalkan Rasulullah untuk menjadi seorang penguasa dan seorang hakim? Menurutnya, kehidupan yang harus dihadapi sepeninggal Rasulullah adalah kehidupan yang sangat tidak berharga.

Kulihat orang-orang yang sengsara tidak bosan,

walaupun mereka harus telanjang dan kelaparan.

Walaupun kehidupan ini menggembirakan,

namun tak lebih dari mendung di musim panas

yang akan segera berlalu.

Saad ibn Abi Waqqash merasa kebingungan ketika diangkat menjadi penguasa di Kufah, sepeninggal Rasulullah. Ia melihat kenyataan yang sangat berbeda dibandingkan saat bersama Rasulullah, yang cukup hanya dengan makan tetumbuhan, dan hanya makan kulit kambing yang sudah kering, dipanggang, ditumbuk lalu direbus dengan air. Ia melihat betapa tidak berharganya istana-istana dan rumah-rumah yang indah.

Dan, sesungguhnya akhir itu lebih baik bagimu dari permulaan.
(QS. Adh-Dhuhâ: 4)

Itu artinya, ada sesuatu dalam hal ini dan yang tersembunyi di balik masalah tersebut: kehidupan dunia yang tidak berharga.

Apakah mereka mengira bahwa harta dan anak-anak yang Kami berikan kepada mereka itu (berarti bahwa) Kami bersegera memberikan kebaikan-kebaikan kepada mereka. Tidak, sebenarnya mereka tidak sadar.
(QS. Al-Mu`minûn: 54-55)

Rasulullah bersabda, *"Demi Allah, bukanlah kefakiran yang aku khawatirkan atas kalian."*

Ketika Umar memasuki rumah Rasulullah, beliau sedang berada di tempat minumnya. Dilihatnya guratan-guratan bekas tikar di punggung Rasulullah dan hanya ada gantangan gandum yang tergantung di rumahnya. Tanpa terasa air mata Umar mengalir di pipinya. Sebuah pemandangan yang sangat menyentuh tentunya, karena saat itu ia adalah seorang teladan dan pemimpin bagi seluruh umat manusia.

Mereka berkata: "Mengapa Rasul ini memakan makanan dan berjalan di pasar-pasar?" **(QS. Al-Furqân: 7)**

Tercetus ucapan dari bibirnya, "Wahai Rasulullah, engkau telah mengetahui pola hidup Kisra dan Kaisar."

Rasulullah menjawab, "Wahai Ibn Khaththab, relakah engkau jika akhirat menjadi milik kita dan dunia menjadi milik mereka?"

Sebuah perbandingan yang sangat jelas, dan pembagian yang sangat adil tentunya. Biarkanlah orang yang menerima itu akan mendapatkannya, dan biarkan pula orang yang tidak suka akan membencinya. Biarkanlah orang yang menginginkan kebahagiaan itu mencarinya di dalam dirham, dinar, istana, dan mobil. Biarkan pula ia berusaha untuk itu saja. Demi Dzat yang tiada *Ilah* selain Allah, mereka tidak akan mendapatkannya.

Barangsiapa yang menghendaki kehidupan dunia dan perhiasannya, niscaya Kami berikan kepada mereka balasan pekerjaan mereka di dunia dengan sempurna dan mereka di dunia itu tidak akan dirugikan. Itulah orang-orang yang tidak memperoleh di akhirat, kecuali neraka dan lenyaplah di akhirat itu apa yang telah mereka usahakan di dunia dan sia-sialah yang telah mereka kerjakan. **(QS. Hûd: 15-16)**

Kunci Kebahagiaan

Jika Anda ber-*ma'rifat* kepada Allah, menyucikan-Nya, beribadah kepada-Nya, dan menempatkan-Nya sebagai *Ilah*, sementara Anda berada di dalam sebuah gubuk, niscaya Anda akan mendapatkan kebaikan, kebahagiaan, ketenangan, dan rasa damai.

Namun jika Anda menyimpang, walaupun tinggal di dalam istana yang paling megah, di rumah yang paling luas, dan memiliki semua yang Anda sukai, maka ketahuilah bahwa akhir kehidupan adalah pahit sekali dan penderitaan dalam arti yang sebenarnya. Dan, itu berarti bahwa Anda hingga kini belum memiliki kunci kebahagiaan.

Dan, Kami telah menganugerahkan kepadanya perbendaharaan harta yang kunci-kuncinya sungguh berat dipikul oleh sejumlah orang yang kuat-kuat. **(QS. Al-Qashash: 76)**

Rehat

Sesungguhnya Allah membela orang-orang yang beriman.

(QS. Al-Hajj: 38)

Ayat ini berarti Allah membela mereka untuk tidak terjerembab ke dalam kejahatan dunia dan akhirat. lni adalah sebuah berita, janji, sekaligus kabar gembira dari Allah bagi orang-orang yang beriman bahwa Dia akan membela mereka dari semua yang tidak baik. Allah akan menghindarkan mereka—karena keimanan mereka—dari semua keburukan orang-orang kafir, keburukan godaan setan, keburukan dirinya sendiri, kejelekan amal perbuatan mereka sendiri, dan membantu meringankan beban yang memberatkan mereka. Setiap mukmin berhak atas pembelaan dan keutamaan seperti itu sesuai dengan kadar keimanannya. Ada yang mendapat banyak, dan ada juga yang mendapat sedikit.

Allah menghibur seorang hamba yang sedang ditimpa bencana dan meringankan kesulitan yang ia hadapi adalah satu dari sekian banyak buah keimanan. Dan, buah keimanan itu akan menjadi hiburan kepada seorang hamba dan akan membuatnya merasa ringan tatkala ditimpa musibah dan bencana.

Dan, barangsiapa yang beriman kepada Allah niscaya Allah akan memberi petunjuk pada hatinya. **(QS. At-Taghâbun: 11)**

Konteks ayat ini adalah seorang hamba yang sedang ditimpa musibah. Dan, ia menyadari bahwa musibah yang menimpanya ini berasal dari Allah, bahwa segala yang akan menimpanya pasti terjadi, dan bahwa segala yang—menurut ketentuan Allah—tidak akan menimpanya pasti tidak akan terjadi. Sehingga, ia dapat menerima dan pasrah kepada takdir sekalipun menyakitkan; dan bencana sebesar apa pun tidak akan berarti di hadapannya, karena keyakinannya bahwa semua itu berasal dari Allah, dan itu berarti ia akan mendapatkan pahala atas kesabarannya.

Bagaimana Mereka Itu Hidup?

Mari kita kembali ke suatu hari bersama salah seorang sahabat Rasulullah yang sangat terpandang dan agung, yakni Ali ibn Abi Thalib, bersama istrinya, Fatimah, yang tak lain adalah putri kesayangan Rasulullah. Suatu pagi Ali bangun tidur bersama istrinya, kemudian mencari makanan. Namun tak ada yang bisa dimakan. Dipakainya jubah berlapis bulu binatang karena kota Madinah waktu itu sangat dingin sekali, lalu keluar mencari makanan ke sekeliling kota Madinah. Tiba-tiba dia ingat seorang Yahudi yang punya kebun, dan segera menemuinya. Ali membuka pintu kebun yang sempit itu, lalu masuk. Dan, orang Yahudi pun menyapa, "Wahai orang Badui, kemarilah. (Bantu kami) mengambilkan air. Dari setiap timba yang engkau angkat, engkau akan mendapatkan satu biji kurma." Dan, Ali pun membantunya hingga kedua tangannya bengkak dan badannya lelah. Orang Yahudi itu kemudian memberikan kurma sejumlah timba yang diangkat Ali dari dalam sumur. Ali kemudian pulang membawa kurma tersebut. Di tengah perjalanannya pulang, ia bertemu Rasulullah, dan ia pun memberikan sebagian kurma itu kepada Rasulullah. Sisanya ia makan bersama Fatimah untuk sehari itu.

Seperti itulah kehidupan mereka. Tapi mereka merasakan rumah mereka penuh dengan kebahagiaan, ketenangan, cahaya, dan keriangan. Hati mereka hidup dengan prinsip-prinsip luhur yang diajarkan oleh Rasulullah. Mereka hidup dengan idealisme yang tinggi. Mereka berbuat

menurut gerak hati dan jiwa yang suci, sehingga mampu melihat mana yang benar dan mana yang tidak, mana yang harus diamalkan dan mana yang harus dijauhi. Dan, mereka mengetahui nilai sesuatu, hakikat permasalahan, dan apa saja yang ada di balik setiap permasalahan.

Lalu, di mana kebahagiaan Qarun (dengan harta yang melimpah); di mana kesenangan, kegembiraan, dan ketenangan seorang yang bernama Haman? Yang pertama terkubur hidup-hidup, sedangkan yang kedua terkutuk.

> *Seperti hujan yang tanaman-tanamannya mengagumkan petani, kemudian tanaman itu menjadi kuning, lalu menjadi hancur.* **(QS. Al-Hadîd: 20)**

Kebahagiaan itu juga ada dalam diri Bilal, Salman, dan Ammar. Sebab Bilal mengumandangkan adzan kebenaran, Salman bersaudara dengan kebenaran, dan Ammar memenuhi setiap janji.

> *Mereka itulah orang-orang yang Kami terima dari mereka amal baik yang telah dikerjakan, dan Kami ampuni kesalahan-kesalahan mereka, bersama-sama dengan penghuni-penghuni surga, sebagai janji yang benar yang telah dijanjikan kepada mereka.* **(QS. Al-Ahqâf: 16)**

Pendapat Orang-orang Bijak Tentang Sabar

Konon, Anusyirwan pernah mengatakan, semua ujian di dunia ini bisa dikategorikan menjadi dua. Pertama, yang bisa dicari jalan keluarnya, yakni guncangan jiwa. Dan kedua, yang tidak bisa dicari jalan keluarnya. Yang ini sembuh justru dengan menyambutnya.

Menurut kalangan bijak bestari, "Jalan keluar yang tidak memberikan jalan keluar adalah kesabaran."

Dikatakan, "Barangsiapa mengikuti kesabaran, ia akan diikuti oleh kemenangan."

Tamsil-tamsil Arab yang berkaitan dengan sabar banyak sekali, di antaranya: 'Sabar itu kunci untuk keluar dari kesulitan', 'Barangsiapa bersabar, maka dia akan berhasil mengatasi permasalahan', 'Buah kesabaran itu adalah keberhasilan', dan 'Tatkala musibah yang menimpa itu sedemikian beratnya, maka akan menyusul sesudah itu kemudahan'.

Yang lain: 'Takutlah terhadap bahaya yang datang dari sela-sela kemudahan', 'Carilah keuntungan dari tempat yang terlarang', 'Gairahkan

hidup ini dengan mencari kematian', 'Tak jarang keabadian itu justru didapat di saat mencari kefanaan dan tak jarang pula kefanaan itu justru didapat di saat hati ingin untuk hidup abadi', 'Tak jarang rasa nyaman itu justru berasal dari ketakutan.'

Orang-orang Arab mengatakan, "Sesungguhnya, dalam keburukan itu ada kebaikan."

Menurut Al-Ashma'i ungkapan di atas berarti keburukan itu lebih mudah dari apa saja.

Sedangkan menurut Abu Ubaidah berarti, jika Anda tertimpa musibah, Anda harus menyadari bahwa di sana masih ada musibah lain yang jauh lebih besar, sehingga Anda akan merasa bahwa musibah yang menimpa itu masih sangat ringan.

Seorang yang bijak mengatakan, "Akibat dari segala sesuatu itu masih di awang-awang. Bisa saja sesuatu yang dicintai itu ternyata ada dalam hal yang tidak disukai, atau yang tidak disukai itu ternyata ada dalam hal yang dicintai. Orang yang bergelimang kenikmatan ternyata banyak termakan oleh kenikmatan itu sendiri, dan orang yang menderita dalam hidupnya karena penyakit yang dideritanya ternyata bisa sembuh oleh penyakit itu sendiri."

Bisa jadi, kebaikan itu datang dari keburukan dan sesuatu yang berguna datang dari hal yang membahayakan.

Wada'ah As-Shami mengungkapkan, "Bersabarlah atas keburukan, jika itu harus engkau terima. Karena bisa jadi keburukan itu membuatmu gembira. Di bawah buih busa itu ada susu yang putih bersih."

Allah akan mendatangkan kegembiraan tatkala semua harapan telah putus.

> *Sehingga apabila para Rasul tidak mempunyai harapan lagi (tentang keimanan mereka) dan telah meyakini bahwa mereka telah didustakan, datanglah kepada para rasul itu pertolongan Kami.* **(QS. Yûsuf: 110)**

> *Sesungguhnya, Allah bersama dengan orang-orang yang sabar.* **(QS. Al-Anfâl: 46)**

> *Sesungguhnya, hanya orang-orang yang bersabarlah yang dicukupkan pahala mereka tanpa batas.* **(QS. Az-Zumar: 10)**

Seorang penulis mengatakan, "Allah datang menghampiri orang yang dicintai-Nya dari arah yang telah ditentukan, sebagai arah datangnya se-

suatu hal yang tidak disukai. Dan, membukakan jalan keluar ketika harapan telah pupus, serta ketika semua jalan telah buntu. Ini semua dimaksudkan agar semua makhluk terdorong untuk mengalihkan harapannya kepada-Nya, dan memurnikan niat untuk bertawakal kepada-Nya, agar suatu saat nanti ia tidak berpaling dari-Nya, dan tidak bosan menunggu jalan keluar dari-Nya. Di samping itu, ketika ditimpa kesusahan ia masih tetap dapat tertawa dengan keyakinan bahwa Allah hanya menurunkan ujian yang ringan, bukan yang lebih besar dari itu. Dan, ia juga masih dapat senang karena Allah hanya menurunkan musibah yang kecil dibandingkan jika yang ditimpakan lebih besar lagi (yang tentunya tidak bisa ditanggung)."

Mungkin saja cobaan yang menimpamu akan lebih baik ujungnya, dan bisa jadi tubuh menjadi sehat karena adanya penyakit.

Ishaq al-Abid mengatakan, "Mungkin saja Allah mencoba seorang hamba-Nya dengan ujian yang sebenarnya justru melepaskan dirinya dari kehancuran. Sehingga cobaan itu menjadi nikmat terbesar baginya."

"Orang yang bersabar menghadapi ujian, menerima semua ketentuan Allah, dan bersabar atas semua kesulitan, maka Allah akan menampakkan kebaikannya. Tujuannya, agar selanjutnya ia bisa memahami kemaslahatan yang tersembunyi di balik itu."

Cerita dari kalangan Kristen mengatakan bahwa seorang nabi pernah berkata, "Ujian itu adalah latihan dari Allah, dan tentunya latihan tidak selamanya. Maka, beruntunglah orang yang bersabar selama masa latihan itu dan bertahan selama masa ujian berlangsung. Dia berhak mengenakan mahkota kemenangan dan mahkota keberhasilan yang telah Allah janjikan kepada mereka yang mencintai dan taat kepada-Nya."

Ishaq mengatakan, "Awas, jangan mengeluh ketika engkau dicengkeram taring-taring ujian, karena memang jalan ke arah kebaikan sangat sulit."

Kata Bazarjamhar, "Menunggu pertolongan dan jalan keluar dengan bersabar akan mendatangkan kebahagiaan."

Berbaik Sangka Kepada Allah Tidak Akan Gagal

"Aku sesuai dengan prasangka hamba-Ku kepada-Ku, maka berprasangkalah ia kepada-Ku sesukanya." **(Al-Hadits)**

Seorang penulis mengatakan, "Berharap adalah material untuk membangun kesabaran dan yang akan membantu orang untuk bersabar. Alasan untuk berharap dan material untuk membangunnya adalah berbaik sangka kepada Allah, karena berbaik sangka kepada Allah merupakan jaminan untuk tidak gagal. Sejauh pengamatan saya, tentang watak orang-orang mulia dapat saya simpulkan bahwa mereka cenderung mengangkat orang yang bersikap baik kepada mereka, mengesampingkan orang yang kurang ajar kepada mereka, dan malu untuk tidak meluluskan harapan orang yang berharap kepada mereka. Lalu, bagaimana dengan Dzat Yang Maha Dermawan yang tentunya tidak akan kesulitan memberi kepada orang-orang yang mencita-citakan? Dan, Dzat dimaksud lebih dari yang mereka angankan tentang-Nya."

Contoh kecintaan Allah karena sikap hamba-Nya yang selalu menaruh harap dan menanti pertolongan kepada-Nya adalah bahwa jalan keluar dari kesulitan itu hanya akan datang setelah hamba itu mengalami kebuntuan, setelah tak tahu lagi harus ke mana ia mengarahkan cita-cita dan keinginannya, setelah pintu harapannya tertutup, setelah kehabisan akal, dan setelah tidak tahu lagi bagaimana mengakhiri tekanan dan ujian terhadap dirinya.

Untuk apa semua itu? Tak lain adalah agar menjadi pendorong untuk mengarahkan harapannya kepada Allah, dan agar menjadi peringatan supaya terus memperbaiki prasangka baiknya kepada-Nya.

> *Sesungguhnya, berhala-berhala yang kamu seru selain Allah itu adalah makhluk (yang lemah) yang serupa juga dengan kalian. Maka, serulah berhala-berhala itu lalu biarkanlah mereka memperkenankan permintaanmu, jika kamu memang orang-orang yang benar.* **(QS. Al-A'râf: 194)**

Orang yang Bersabar Akan Mendapatkan yang Terbaik

Diriwayatkan dari Abdullah ibn Mas'ud: Jalan keluar dan kelapangan hati itu ada dalam keyakinan dan keridhaan hati. Sedangkan keresahan dan kesedihan itu ada dalam keraguan dan ketidaksukaan.

Dia juga pernah mengatakan, Orang yang banyak bersabar akan memperoleh yang terbaik."

Aban ibn Taghlab mengatakan, "Saya pernah mendengar seorang Arab Badui berkata: 'Sikap yang paling baik dari seseorang akan muncul

ketika ia ditimpa musibah, karena ia akan menjadikan sabar sebagai senjata menghadapi musibah tersebut dan akan memberinya inspirasi untuk selalu berharap agar musibah itu segera berakhir. Dan karena kesabarannya, ia seperti melihat jalan keluar dan pertolongan itu berada di depan matanya. Ini terjadi lantaran tawakal dan prasangka baiknya kepada Allah. Ketika orang telah sampai pada tingkatan ini, Allah pasti akan memberikan semua yang dibutuhkan, menghilangkan semua yang menyulitkan, dan mengabulkan semua permintaannya. Dan, dia selamat bersama agama, kehormatan, dan kepribadiannya."

Al-Ashma'i meriwayatkan dari seorang Arab Badui yang mengatakan, "Takutlah terhadap keburukan yang muncul dari tempat yang baik, dan berharaplah kebaikan dari tempat yang buruk. Sebab, bisa jadi kehidupan itu ada karena adanya permintaan untuk mati, dan bisa jadi kematian itu terjadi karena adanya harapan untuk tetap hidup. Dan, tak jarang rasa nyaman itu datang dari rasa takut."

Jika mata perhatian mengawasimu maka tidurlah,
sebab semua bencana aman semuanya.

Seorang yang bijaksana mengatakan, "Orang yang berakal akan menghibur dirinya dari hal-hal yang tak disukai karena menimpanya. Alasannya:

Pertama, ia bisa gembira karena masih ada sesuatu untuknya. Kedua, Karena ia masih dapat mengharapkan jalan keluar dari apa yang menimpanya.

Sebaliknya, orang yang bodoh akan ketakutan menghadapi ujian yang menimpanya, karena:

Pertama, ia harus banyak merengek bantuan kepada orang lain. Kedua, ketakutannya akan sesuatu lebih besar dari yang akan menimpanya.

Sebagaimana disebutkan di atas, ujian itu adalah program latihan dari Allah yang ditetapkan kepada makhluk-Nya, dan latihan Allah akan membukakan hati, pendengaran, dan penglihatan.

Al-Hasan ibn Sahl menggambarkan ujian itu sebagai berikut:

Dalam ujian itu ada penghapusan dosa, ada peringatan agar tidak lalai, ada tawaran untuk mendapatkan pahala dengan cara bersabar, ada saat untuk mengingat nikmat, dan ada harapan untuk mendapatkan ganjaran. Dalam pandangan Allah dan *qadha'*-Nya semuanya adalah baik.

Orang yang lebih memilih mati hanya karena ia ingin berdzikir, bertolak belakang dengan contoh yang ada dalam ayat berikut.

Orang-orang yang mengatakan kepada saudara-saudaranya dan mereka tidak turut pergi berperang: "Sekiranya mereka mengikuti kami tentulah mereka tidak terbunuh." Katakanlah: "Tolaklah kematian itu dari dirimu, jika kamu orang-orang yang benar." **(QS. Ali 'Imrân: 168)**

Pendapat-pendapat yang Menyatakan Bahwa Musibah Itu Ringan

Seorang pebisnis yang arif pernah berkata, "Alangkah kecilnya musibah yang menimpa keuntungan dagang, jika ternyata musibah itu akan mengembalikan jiwa dengan selamat."

Ungkapan yang umum di kalangan orang-orang Arab: "Jika orang-orang terhormat sudah selamat, maka anak kambing pun tak akan dihiraukan lagi."

Tanah tidak akan pernah mengeluh putus asa terhadap bangunan yang di atasnya walaupun sudah lapuk dimakan zaman. Kata orang, sungai yang dialiri air akan mengalirkan air itu ke tempat semula.

Thamsitieus mengatakan, "Kelebihan orang yang berpikir dan beragama adalah bagaimana ia memanfaatkan keutamaannya itu pada saat masih berkuasa dan bergelimang kenikmatan, dan bagaimana memaksimalkan seluruh kesabarannya pada saat sulit dan diuji."

Rehat

Jika kamu menderita kesakitan, maka sesungguhnya mereka pun menderita kesakitan (pula), sebagaimana kamu menderitanya, sedang kamu mengharap dari Allah apa yang tidak mereka harapkan.

(QS. An-Nisâ`: 104)

Dengan alasan yang tersurat dalam ayat di atas, maka kaum mukminin sejati akan selalu sabar, tabah, tenang, dan tetap menjalankan hak Allah ketika mereka ditimpa musibah. Kualitas yang ditunjukkan kaum mukminin tersebut dibandingkan orang-orang non-mukminin hanyalah sepersepuluhnya. Hal ini disebabkan kaum mukminin punya kekuatan keimanan dan keyakinan.

Dari Ma'qal ibn Yasar, Rasulullah bersabda, "Rabb *kalian Yang Maha Suci lagi Maha Tinggi berfirman: 'Wahai anak Adam, luangkanlah waktumu untuk beribadah kepada-Ku, niscaya Aku akan isi hatimu dengan rasa kaya, dan akan Aku penuhi tanganmu dengan rezeki. Wahai anak Adam, janganlah kalian menjauhi Aku, hingga Aku isi hatimu dengan kefakiran dan Aku penuhi tanganmu dengan kesibukan'."*

Menghadapkan diri kepada Allah, kembali kepada-Nya, menerima semua ketentuan-Nya dengan penuh keridhaan, memenuhi hati dengan *mahabbah* kepada-Nya, berdzikir kepada-Nya, dan bahagia karena bisa bermakrifat kepada-Nya, merupakan pahala yang diturunkan di dunia, surga, dan kehidupan itu sendiri. Jika dibandingkan dengan pola kehidupan para raja, maka kehidupan seperti ini jauh lebih baik.

Jangan Bersedih Kalau Harta Anda Sedikit atau Keadaan Anda Memprihatinkan, Sebab Nilai Diri Adalah Sesuatu yang Berbeda

Ali ibn Abi Thalib pernah berkata, "Nilai setiap orang itu adalah kebaikan(yang dilakukan)nya."

Nilai orang berilmu adalah ilmunya, apakah ilmunya itu terbatas atau luas. Nilai seorang penyair adalah syairnya apakah berbobot atau tidak. Setiap orang yang memiliki bakat atau profesi, di mata masyarakat, nilai mereka adalah bakat dan profesinya itu. Karenanya, seorang hamba dituntut untuk mengangkat nilai dan harga dirinya dengan melakukan amal salih, meningkatkan keilmuan dan kebijaksanaannya, memoles kemampuan otak, dan melatih diri untuk melakukan kemuliaan agar kepribadiannya semakin bercahaya. Tujuan dari semua itu adalah agar nilai dirinya semakin mahal dan terangkat.

Jangan Bersedih! Ketahuilah, Dengan Buku Anda Bisa Meningkatkan Potensi

Membaca buku akan membukakan pintu otak dan akan memandunya ke arah kepandaian dan kebijaksanaan. Membaca buku akan memberikan bekal hikmah, akan membuat lisan tidak kelu, meningkatkan kemampuan berpikir, menghantarkan ke wilayah hakikat, dan akan menghilangkan yang *syubuhat* (keraguan). Membaca buku adalah hiburan bagi yang menyendiri, *munajat* bagi jiwa, dialog bagi orang yang senang mengobrol,

kenikmatan bagi orang yang merenung, dan pelita bagi yang berjalan di tengah malam. Semakin pengetahuan itu diulang, dikuasai, dan disaring, maka semakin pengetahuan itu berbuah, meranum, dan tiba saatnya untuk dipetik. Namun demikian pengetahuan itu tetap pada dahannya, dan akan memberikan buahnya setiap waktu dengan izin *Rabb*-nya. Meski para penulis telah mati, namun berita tentang mereka tetap menempatkan mereka di kedudukannya.

Keengganan untuk belajar adalah penjara bagi lisan, kungkungan terhadap nilai pribadi, kebekuan untuk hati, kerusakan bagi otak, kematian bagi kepribadian, kelesuan di tengah perjalanan meraih pengetahuan, dan kekeringan bagi pikiran. Mengapa demikian? Karena buku selalu mengandung faedah, tamsil, kebijaksanaan, cerita, dan hikayat yang sangat unik.

Faedah membaca memang sangat banyak dan tidak mungkin dikalkulasi. Karenanya, kita berlindung kepada Allah agar keinginan di dalam hati ini tidak mati, tekad di dalam jiwa ini tidak melemah, dan semangat yang ada di dalam dada tidak meredup, sebab itulah musibah dalam arti yang sebenarnya.

Jangan Bersedih, Bacalah Keajaiban-keajaiban Ciptaan Allah di Alam Semesta

Coba kajilah keanehan-keanehan ciptaan Allah di alam semesta, niscaya Anda akan mendapatkan hal-hal yang menakjubkan, dan akan merasa bahwa keresahan dan kegundahan itu akan lenyap. Sebab, jiwa manusia pada dasarnya, sangat senang terhadap sesuatu yang aneh dan asing.

Bukhari dan Muslim meriwayatkan dari Jabir ibn Abdullah, dia berkata, "Rasulullah mengutus kami sebagai pasukan dan menjadikan Abu Ubaidah sebagai pimpinan kami untuk menghadang rombongan orang-orang Quraisy. Kami dibekali bungkusan yang berisi kurma sebab memang hanya itu yang ada. Abu Ubaidah membagikan kurma itu satu per satu kepada kami.

Lalu saya bertanya kepadanya, 'Bagaimana kalian membagi kurma-kurma itu?' Abu Ubaidah menjawab, 'Kami menyedotnya seperti bayi. Kemudian kami minum air sisa rendaman kurma itu. Satu butir kurma cukup sebagai makanan kami dari siang hingga malam. Dan kami memukulkan

tongkat kami untuk menjatuhkan dedaunan dari pohonnya, lalu kami membasahinya, dan memakannya.'

Kemudian kami berangkat ke pantai. Tiba-tiba kami melihat sesuatu sebesar bukit pasir yang besar. Kami pun menghampirinya. Ternyata ia adalah seekor binatang laut yang disebut *'anbar*. Abu Ubaidah berkata, '(Sudah menjadi) bangkai.' Sesaat kemudian Abu Ubaidah berkata lagi, '(Tapi) tidak! Kita adalah utusan Rasulullah yang berada di jalan Allah dan sedang dalam keadaan terpaksa. Makanlah!'

Kami tinggal di tempat itu selama sebulan, dan jumlah kami saat itu adalah tiga ratus orang. Karena makan daging terus kami pun gemuk. Kami mengambil minyak dari rongga matanya dengan menggunakan tempayan besar. Kemudian kami memotong daging sebesar sapi jantan. Lalu, Abu Ubaidah menyuruh tiga belas orang dari kami untuk didudukkan di dalam rongga mata *'anbar* itu. Kemudian dia mengambil salah satu rusuknya dan diberdirikan. Abu Ubaidah pun mengambil unta yang paling besar dan melihat kepada orang yang paling tinggi di antara kita. Lantas, disuruhnya orang itu untuk menaiki unta itu, dan ternyata unta itu bisa melenggang di bawah tulang rusuk yang diberdirikan itu.

Kami juga membuat dendeng darinya sebagai bekal kami. Sesampainya kami di Madinah, kami langsung menemui Rasulullah dan menceritakan apa yang terjadi. Rasulullah pun berkata, 'Ini adalah rezeki yang Allah keluarkan untuk kalian. Apakah kalian membawa dagingnya sedikit pun agar kami bisa ikut makan?' Lalu kami kirimkan dagingnya kepada Rasulullah, dan Rasulullah pun memakannya."

> *Yang telah memberikan kepada sesuatu bentuk kejadiannya, kemudian memberinya petunjuk.* **(QS. Thâhâ: 50)**

Jika biji tanaman itu diletakkan di atas tanah, maka biji itu tidak langsung tumbuh, hingga akhirnya bumi bergerak halus, yang hanya bisa direkam dengan Skala Richter. Karena gerakan itu biji kemudian pecah dan tumbuh.

> *Kemudian apabila Kami turunkan air di atasnya, hiduplah bumi itu dan suburlah.* **(QS. Al-Hajj: 5)**

> *Yang telah memberikan kepada sesuatu bentuk kejadiannya, kemudian memberinya petunjuk.* **(QS. Thâhâ: 50)**

Abu Daud berkata di dalam *As-Sunan* dalam Bab *Zakâtuz Zar'*, "Di Mesir, saya mengukur sebuah timun yang panjangnya tiga belas jengkal. Saya juga melihat buah limau yang dimuat di atas unta dan dibelah menjadi dua. Dibelah dan digantungkan seperti dua karung."

Yang telah memberikan kepada sesuatu bentuk kejadiannya, kemudian memberinya petunjuk. **(QS. Thâhâ: 50)**

Dr. Zhaghlul An-Najjar yang banyak melakukan studi tentang *ayat-ayat kauniyah* (kosmologi) menyebutkan dalam sebuah ceramahnya bahwa di sana ada beberapa bintang (komet) yang telah bergerak selama ribuan tahun dan memiliki kecepatan seperti cahaya. Namun hingga kini tidak sampai ke bumi. Kini yang tersisa dari komet itu hanyalah bidang edarnya saja.

Aku bersumpah dengan tempat-tempat beredarnya bintang-bintang.
(QS. Al-Wâqi'ah: 75)

Yang telah memberikan kepada sesuatu bentuk kejadiannya, kemudian memberinya petunjuk. **(QS. Thâhâ: 50)**

Disebutkan dalam harian *Al-Akhbâr al-Jadîdah* (pada edisi 396, tanggal 27 September 1953, halaman 2) bahwa: Pagi ini "Ona" telah memasuki Paris laksana seorang penakluk dengan mendapat pengawalan sebanyak puluhan polisi, baik yang berkendaraan ataupun yang berjalan kaki. Padahal, Ona tak lebih dari seekor ikan paus Norwegia yang sangat besar dan sudah dimumikan dengan berat 80.000 kilogram. Ona diangkut dengan menggunakan sepuluh alat penarik yang diikatkan pada truk pengangkut yang sangat besar. Ikan itu akan dipamerkan selama sebulan dan diperkenankan bagi pengunjung memasuki perutnya yang disinari dengan listrik. Dalam sekali waktu, sepuluh orang bisa masuk ke dalam perutnya.

Namun para pengelola pameran Ona tidak sepakat dengan para polisi tentang tempat di mana seharusnya ikan itu ditempatkan. Mereka khawatir jalanan akan roboh jika ia ditempatkan di stasiun kereta api tanah.

Walaupun usia ikan paus ini belum mencapai 18 bulan, namun ia telah memiliki panjang 20 meter. Dia tertangkap pada bulan September setahun sebelumnya di perairan Norwegia. Setelah itu, untuk membawa ikan tersebut dibuatkanlah satu kereta penarik khusus, untuk membawanya keliling Eropa. Namun kereta itu tak kuat menahan beban seberat ikan itu.

Karenanya dibuatkanlah satu mobil penarik khusus (*trailer*) yang panjangnya 30 meter.

> *Yang telah memberikan kepada sesuatu bentuk kejadiannya, kemudian memberinya petunjuk.* **(QS. Thâhâ: 50)**

Semut selalu menyimpan makanannya di musim panas untuk persiapan musim dingin, karena pada musim dingin semut tidak keluar. Agar biji-bijian itu tidak tumbuh, maka bijian itu dibelahnya menjadi dua. Lain halnya dengan ular gurun, yang tidak mendapatkan makanan, maka dia akan membujurkan tubuhnya tegak lurus. Sehingga kalau ada burung yang hinggap pada tubuhnya, langsung dimangsanya.

Abdur Raziq Ash-Shan'ani pernah berkata, "Saya mendengar Ma'mar ibn Rasyid Al-Bashri mengatakan, 'Saya melihat tandan kurma seberat *bighal* persis di Yaman'."

> *Dan, pohon kurma yang tinggi-tinggi yang mempunyai mayang yang bersusun-susun.* **(QS. Qâf: 10)**

Semua pohon dan tumbuhan disirami dengan air yang sama.

> *Kami melebihkan sebagian tanam-tanaman itu atas sebagian yang lain tentang rasanya.* **(QS. Ar-Ra'd: 4)**

Pepohonan itu memiliki daya tahannya masing-masing. Ada yang memiliki kekuatan pada batang dan akarnya, ada yang memiliki duri yang bisa dijadikan alat menjaga diri, dan ada pula yang rasanya kecut menyengat.

Kamaluddin al-Udfuwi al-Mishri mengatakan dalam bukunya *Ath-Thali' al-Sa'id al-Jami' Nujaba' Anba' Ash-Sha'id,* "Saya melihat tandan kurma dengan berat delapan ritel (1 ritel = 2.564 gram), yang bijinya saja bila ditimbang ternyata beratnya delapan dirham (1 dirham = 3,12 gram). Itu terjadi di Odfo, di Mesir, negara kami."

> *Yang telah memberikan kepada sesuatu bentuk kejadiannya, kemudian memberinya petunjuk.* **(QS. Thâhâ: 50)**

Para astronom menyebutkan bahwa alam semesta ini selalu mengembang sedikit demi sedikit seperti balon.

> *Dan, langit itu Kami bangun dengan kekuasaan (Kami) dan sesungguhnya Kami benar-benar meluaskannya.* **(QS. Adz-Dzâriyât: 47)**

Mereka juga menyebutkan bahwa tanah kering (daratan) akan selalu berkurang, sedangkan samudera akan terus meluas.

Dan, apakah mereka tidak melihat bahwa sesungguhnya Kami mendatangi daerah-daerah (orang-orang kafir), lalu Kami kurangi daerah-daerah itu (sedikit demi sedikit) dari tepi-tepinya. **(QS. Ar-Ra'd: 41)**

Dalam majalah *Al-Faishal* nomor 62 tahun 1402 H, pada halaman 112, dimuat gambar buah kubis dengan berat 22 kilogram dengan diameter sepanjang satu meter. Kemudian, gambar bawang merah kering dengan berat 3,2 kilogram dengan diameter 3 sentimeter.

Pada edisi berikutnya, majalah itu melaporkan bahwa ada tomat yang berdiameter lebih dari 60 sentimeter. Semua ini bukanlah sesuatu yang biasa. Tanaman ini tumbuh di ladang petani asal Meksiko yang bernama Geozy Karman, seorang petani yang kenyang pengalaman dalam bidang pertanian dan pemeliharaan bumi, sehingga disebut sebagai bapak petani Meksiko.

Di kepala kita ini ada empat macam cairan, yakni cairan tawar di bagian mulut yang berfungsi mengunyah makanan dan menelan minuman, cairan yang lengket di bagian hidung yang berfungsi menahan debu dari luar, yang asin di kedua mata yang berfungsi menjadikan mata tetap basah, dan cairan pahit di telinga yang menjaganya dari serangga.

Dan, (juga) pada dirimu sendiri. Maka apakah kamu tidak memperhatikan? **(QS. Adz-Dzâriyât: 21)**

Sejarawan Abul Fadhl Abdur Raziq ibn Al-Futhi, dalam bukunya *Al-Hawâdits al-Jâmi'ah wa al-Tajârib al-Nâfi'ah fi al-Mi'ah al-Sâbi'ah,* menulis tentang peristiwa yang terjadi pada tahn 637 H:

Pada tahun ini ada seorang non-Arab yang berprofesi sebagai penjahit. Dia bekerja untuk Pangeran Jamaluddin Qasytamar. Dia pernah melukai seorang tetangganya dengan gunting hingga meninggal dunia. Penjahit ini diakui ahli dalam bidangnya dan selalu bertingkah aneh berkaitan dengan hal jahit-menjahit. Di antaranya, dia pernah memenjarakan dirinya di dalam sebuah kotak kayu, dengan membawa sepotong kain yang masih berbentuk gulungan. Dia menggantungkan kotak itu berhadapan dengan pintu sejak sore hari. Pada pagi harinya, kotak itu diturunkan. Ternyata ketika mereka membuka kotak itu, dia telah selesai memotong kain itu, bahkan telah selesai menjahit dan melipatnya dalam bentuk baju. Setelah itu, ada beberapa orang yang ingin melakukan hal yang sama

mengikutinya, namun tidak mampu. Padahal penjahit ini adalah seorang lelaki yang sudah renta dengan postur tubuh yang sangat pendek, kaki pincang, dan bongkok. Namun dengan segala ketidakpantasannya itu, dia mengklaim dirinya sebagai penjahit nomor satu di masanya, dengan cara yang tidak terpuji.

Dan, mengajarkan kepadamu apa yang belum kamu ketahui.
(QS. An-Nisâ` : 113)

Dan, Allah mengeluarkan kamu dari perut ibumu dalam keadaan tidak mengetahui sesuatu apa pun, dan Dia memberi kamu pendengaran, penglihatan dan hati agar kamu bersyukur. **(QS. An-Nahl: 78)**

Dan, telah Kami ajarkan kepada Daud membuat baju besi untuk kamu.
(QS. Al-Anbiyâ` : 80)

Bahkan, yang sebenarnya mereka mendustakan apa yang mereka belum mengetahuinya dengan sempurna, padahal belum datang kepada mereka penjelasannya. **(QS. Yûnus: 19)**

Seorang penyair pernah berkata,

"Katakan pada orang yang mengaku memiliki ilmu melimpah,

kau tahu satu hal namun banyak hal yang tidak kau tahu."

Syaikh Syihabuddin Ahmad ibn Idris Al-Qarafi Al-Mishri pernah berkata, "Saya sudah mendengar berita bahwa Raja Al-Kamil telah dibuatkan *syam'adzan*, sebuah tiang lilin panjang yang terbuat dari tembaga dengan beberapa lingkaran jam yang di dalamnya disimpan lilin sebagai penerangan. Pada malam hari, setiap rentang satu jam, lingkaran jam itu terbuka dengan sendirinya secara bergantian, kemudian keluar seseorang yang bertugas untuk melayani sang Raja. Dan, setelah sepuluh kali atau sepuluh jam, maka muncullah seseorang dari bagian tertinggi tiang tembaga itu dan berkata, 'Allah telah menyelamatkan Sultan di pagi ini dengan kebaikan dan kebahagiaan.' Itu tandanya fajar telah menyingsing."

"Sayalah yang mengerjakan tiang tembaga tempat lilin ini, dan saya pula yang menambahkan teknologi baru, membuat lilin selalu berubah warna setiap jamnya. Di dalamnya ada gambar singa yang kedua matanya selalu berubah dari hitam pekat, ke putih cemerlang, ke merah tua. Ini terjadi setiap jam yang disertai dengan jatuhnya dua buah kerikil dari dua gambar ekor burung, bersama dengan masuknya seseorang dan keluarnya

yang lain, serta ditutupnya pintu yang satu dan dibukanya pintu yang lain. Ketika fajar menyingsing, muncullah seseorang di bagian atas tiang tempat lilin itu dengan jari menempel di telinganya yang mengisyaratkan adzan. Namun saya tidak mampu membuatnya bicara. Sebagai gantinya, saya buat gambar hewan yang berjalan dan menoleh ke kanan dan ke kiri, yang bisa bersiul namun tidak bisa berbicara."

Akal yang cerdas menggabarkan bahwa Penciptanya Yang Maha Suci menciptakan sesuatu yang memberi pelajaran dalam ciptaan-Nya.

Pembangkangan terhadap *Rabb* hanya akan membuat hati menjadi gersang. Hasan Al-Bashri pernah berkata, "Wahai anak Adam, Musa telah menentang Khidhir sebanyak tiga kali yang memaksa Khidhir mengatakan, 'Inilah saat perpisahanku denganmu.' Itu yang dilakukan Khidhir kepada Musa, bagaimana dengan *Rabb*-mu yang Anda tentang sekian kali dalam sehari? Apakah Anda tidak khawatir Dia akan mengatakan padamu: "Inilah saat perpisahan-Ku denganmu.?"

Ya Allah ..., ya Allah

Katakanlah: "Allah menyelamatkan kamu dari bencana itu dan dari segala macam kesusahan kemudian kamu kembali mempersekutukan-Nya."

(QS. Al-An'âm: 64)

Bukankah Allah cukup untuk melindungi hamba-hamba-Nya?

(QS. Az-Zumar: 36)

Katakanlah: "Siapakah yang dapat menyelamatkan kamu dari bencana di darat dan di laut?" **(QS. Al-An'âm: 63)**

Dan, Kami hendak memberi karunia kepada orang-orang yang tertindas di bumi (Mesir) itu. **(QS. Al-Qashash: 5)**

Allah juga berfirman menyangkut Adam,

Kemudian Rabb-nya memilihnya, maka Dia menerima taubatnya dan memberinya petunjuk. **(QS. Thâhâ: 122)**

Menyangkut Nuh,

Lalu Kami selamatkan dia beserta pengikutnya dari bencana yang besar.

(QS. Al-Anbiyâ` : 76)

Menyangkut Ibrahim,

Kami berfirman: "Hai api menjadi dinginlah dan menjadi keselamatanlah bagi Ibrahim." **(QS. Al-Anbiyâ` : 69)**

Menyangkut Ya'qub,

Mudah-mudahan Allah mendatangkan mereka semuanya kepadaku. **(QS. Yûsuf: 83)**

Menyangkut Yusuf,

Dan, sesungguhnya Rabb-ku telah berbuat baik kepadaku, ketika Dia membebaskan aku dari rumah penjara dan ketika membawa kamu dari dusun padang pasir. **(QS. Yûsuf: 100)**

Menyangkut Daud,

Maka, Kami ampuni baginya kesalahan itu. Dan sesungguhnya, dia memiliki kedudukan yang dekat pada sisi Kami dan tempat kembali yang baik. **(QS. Shâd: 25)**

Menyangkut Ayyub,

Lalu Kami lenyapkan penyakit yang ada padanya. **(QS. Al-Anbiyâ` : 84)**

Menyangkut Yunus,

Dan, Kami telah memperkenankan doanya, dan menyelamatkannya dari pada kedukaan. **(QS. Al-Anbiyâ` : 88)**

Menyangkut Musa,

Lalu Kami selamatkan kamu dari kesusahan. **(QS. Thâhâ: 40)**

Menyangkut Muhammad s.a.w.,

Jika kamu tidak menolongnya (Muhammad), maka sesungguhnya Allah telah menolongnya. **(QS. At-Taubah: 40)**

Bukankah Dia mendapatimu sebagai seorang yatim, lalu Dia melindungimu? Dan, Dia mendapatimu sebagai seorang yang bingung, lalu Dia memberikan petunjuk. Dan, Dia mendapatimu sebagai seorang yang kekurangan, lalu Dia memberikan kecukupan. **(QS. Adh-Dhuhâ: 6-8)**

"Setiap hari Dia dalam kesibukan."

Seorang ulama pernah berkata: "Maksud dari kalimat: 'Setiap hari Dia dalam kesibukan,' adalah bahwa Dia mengampuni dosa, menyibakkan mendung kesulitan, mengangkat beberapa kaum, dan menjatuhkan yang lain.

Kesusahan itu, tekanlah kuat-kuat,

karena akan memberikan jalan keluar,

malam telah menyeru sang fajar untuk terbit.

Ada awan, namun akan segera lenyap.

Tidak ada yang menyatakan terjadinya hari itu selain Allah.
(QS. An-Najm: 58)

Jangan Bersedih, Karena Hari-hari Terus Berputar

Abdullah ibn az-Zubair memenjarakan Muhammad ibn al-Hanafiyah di penjara 'Arim di Makkah. Maka berkatalah Kutstsir 'Izzah,

"Tidaklah keindahan dunia itu akan abadi bagi pemiliknya

dan tidak pula kesengsaraan dunia akan tidak sirna.

Untuk ini dan untuk ini ada waktunya sendiri yang akan segera berakhir,

pada pagi hari aku tidak akan menemukan mimpi."

Beberapa abad kemudian saya renungkan syair itu, dan ternyata Ibn Zubair, Ibnul Hanafiyah, dan penjara 'Arim tak lebih dari sebuah mimpi.

Adakah kamu melihat seorang pun dari mereka atau kamu dengar suara mereka yang samar-samar? **(QS. Maryam: 98)**

Keduanya telah tiada: yang menzalimi dan yang dizalimi, yang memenjarakan dan yang dipenjarakan, semuanya telah mati.

"Setiap orang yang melukai seseorang, akan memiliki hari yang penuh luka."

"Inilah dua golongan (golongan mukmin dan golongan kafir) yang bertengkar. Mereka saling bertengkar mengenai *Rabb* mereka."

Dalam sebuah hadits disebutkan: *"Semua hak akan dikembalikan (pada hari Kiamat) kepada yang berhak hingga domba yang tidak bertanduk akan membalas (kekejaman perlakuan) binatang yang bertanduk (buas)."*

Wahai orang yang tertipu, kalau saja dirimu di hari Kiamat,

saat langit terguncang-guncang,

orang yang tanpa dosa pun takut.

Bagaimana dengan orang yang bertahun-tahun melakukan dosa?"

Jangan Bersedih, Karena Musuh Akan Ketakutan

Kesedihan hanya akan membuat musuh gembira. Dan, itu menjadi salah satu prinsip dalam Islam: (Hati bahagia akan) membuat musuh gentar.

> *(Yang dengan persiapan itu) kamu menggentarkan musuh Allah dan musuh kamu.* **(QS. Al-Anfâl: 60)**

Kata Rasulullah kepada Abu Dujanah yang berjalan dengan pongah di antara tentara kaum muslimin yang kalah, "Cara berjalan seperti itu adalah cara berjalan yang tidak disukai Allah, kecuali dalam keadaan seperti ini." Rasulullah juga pernah memerintahkan para sahabatnya untuk berjalan dengan penuh kekuatan di sekitar Baitullah untuk menunjukkan kekuatan kaum muslimin kepada orang-orang musyrik.

Semoga bencana yang masih aku alami sore ini

menjadi penyelamat dan jalan keluar

Agar musuh merasa terbanting dan teman dekatku gembira, yang di hatinya ada cinta membara kepada Ka'bah.

> *Dan, di hari (kemenangan bangsa Romawi) itu bergembiralah orang-orang yang beriman.* **(QS. Ar-Rûm: 4)**

Hati orang yang memusuhi kebenaran dan nilai-nilai keutamaan akan teriris-iris jika mereka tahu tentang kebahagiaan, kegembiraan, dan kesenangan kita.

Matilah kamu karena kemarahanmu itu. **(QS. Ali 'Imrân: 119)**

Jika kamu mendapat sesuatu kebaikan, mereka menjadi tidak senang karenanya. **(QS. At-Taubah: 50)**

Mereka menyukai apa yang menyusahkan kamu. **(QS. Ali 'Imrân: 118)**

Kebencian di dalam hati orang, telah kubuat meranum

ia ingin mencelakaiku namun tak sampai.

Penyair lain pernah mengatakan,

Kupamerkan keteguhanku kepada mereka yang bergembira

atas deritaku, bahwa aku tidak pernah goyah dengan guncangan zaman.

Dalam sebuah hadits Rasulullah berdoa, *"Ya Allah, janganlah Kau jadikan musuh dan pendengki itu senang dengan(derita)ku."*

"Aku berlindung kepada-Mu dari kegembiraan para musuh (atas kehancuranku)."

Seorang penyair juga pernah berkata,

"Setiap musibah telah memberikan kebaikan dan terasa ringan,

kecuali kegembiraan musuh atas deritaku."

Tersenyum karena kenyataan-kenyataan pahit, bersabar atas segala musibah, dan tabah menghadapi semua ujian hanya akan membuat kecut hati orang-orang yang senang melihat penderitaan orang lain, dan menyulutkan kemarahan di hati orang-orang yang mendengki.

Mereka tidak menjadi lemah karena bencana yang menimpa mereka di jalan Allah, tidak lesu dan tidak (pula) menyerah (kepada musuh).

(QS. Ali 'Imrân: 146)

Optimisme dan Pesimisme

Ada pun orang-orang yang beriman, maka surat ini menambah imannya, sedang mereka merasa gembira. Dan ada pun orang-orang yang di dalam hati mereka ada penyakit, maka dengan surat itu bertambah kekafiran mereka, di samping kekafirannya (yang telah ada) dan mereka mati dalam keadaan kafir. **(QS. At-Taubah: 124-125)**

Orang-orang salih biasanya sangat optimistis dengan masalah pelik yang mereka hadapi, dan melihat ada satu kebenaran di atas *manhaj* yang benar.

Boleh jadi kamu membenci sesuatu, padahal ia amat baik bagimu dan boleh jadi (pula) kamu menyukai sesuatu, padahal ia amat buruk bagimu.

(QS. Al-Baqarah: 216)

Dengarkan apa yang dikatakan oleh Abu Darda': ada tiga hal yang sangat dibenci oleh orang-orang, namun aku justru menyukainya. Ketiga hal tersebut antara lain: Aku suka kefakiran, sakit, dan kematian. Mengapa? Karena kefakiran adalah ketenangan hati, sakit adalah pelebur dosa, dan kematian adalah pertemuan dengan Allah.

Tapi orang sangat benci dan mengatakan najis dengan kefakiran. "Sampai anjing pun tidak suka kefakiran." Jika melihat seorang yang fakir, maka dia akan menggonggong dan menyeringai menampakkan taring-taringnya.

Bagi orang-orang salih dimaksud, demam yang menimpa mereka adalah kebahagiaan dan mengatakan,

"Kini datang penghapus dosa dengan cepat,

kuminta kepada Allah agar jangan dicabut lagi.

Namun tidak demikian dengan Al-Mutanabbi. Katanya, tentang demam,

Telah kubelanjakan uang dan tilam buat obatnya,

kini sembuh, namun masih tersisa di tulang.

Nabi Yusuf juga pernah mengatakan,

Penjara lebih aku sukai daripada memenuhi ajakan mereka kepadaku.

(QS. Yûsuf: 33)

Sedangkan Ali ibn al-Jahm juga mengatakan dengan nada yang sama,

"Kata mereka, engkau dipenjarakan. Kujawab, toh tak membahayakanku,

pedang yang akan diasah harus dicabut dari sarungnya."

Tapi Ali ibn Muhammad al-Kattib mengatakan,

"Kata mereka, engkau dipenjarakan.

Dan aku jawab, itu ujian yang berat,

namun itu akan menjauhkanku dari bidikan zaman."

Kematian adalah sesuatu yang banyak dicari orang dan memang menyenangkan. Sampai-sampai Mu'adz mengatakan, "Selamat datang kematian, kekasih yang datang pada saat dibutuhkan, yang membuat orang yang menyesal menjadi senang."

Al-Hushain ibn al-Hammam juga mengatakan,

"Aku terlambat. Kukejar kehidupan,

tetapi yang kudapat adalah kehidupan yang tak seperti yang kukejar.

Kematian tak perlu ditakuti karena pasti akan tiba.

Namun tak banyak yang menyukainya, dan lari menghindarinya."

Tapi, orang-orang Yahudi adalah tipe orang yang, seandainya bisa, ingin hidup selamanya. Firman Allah,

Katakanlah: "Sesungguhnya kematian yang kamu lari daripadanya, maka sesungguhnya kematian itu akan menemui kamu." **(QS. Al-Jumu'ah: 8)**

Setelah kehidupan ini, aku tak punya kehidupan lagi

dan selain aku tak punya kepala lagi.

Mati di jalan Allah adalah mimpi indah.

Dan, di antara mereka ada (pula) yang menunggu-nunggu.

(QS. Al-Ahzâb: 23)

Bahkan, Ibn Rawahah bersenandung:

Namun kumohon ampunan kepada Yang Maha Penyayang,

kuharap hunjaman mengerikan yang tidak meninggalkan jejak.

Namun bagi sebagian yang lain kematian seperti itu adalah hal yang sangat dibenci dan dihindari. Jamil Butsainah pernah berkata,

"Berjihadlah, wahai Jamil, dalam menghadapi peperangan,

tapi jihad mana yang aku inginkan, selain itu."

Seorang Badui Arab pernah berkata, "Demi Allah, aku benci sekali kematian di atas pembaringanku. Tapi, bagaimana jika aku mencarinya di ujung pedang?"

Tolaklah kematian itu dari dirimu, jika kamu orang-orang yang benar.

(QS. Ali 'Imrân: 168)

Katakanlah: "Sekiranya kamu berada di dalam rumahmu, niscaya orang-orang yang telah ditakdirkan akan mati terbunuh itu keluar (juga) ke tempat mereka terbunuh." **(QS. Ali 'Imrân: 154)**

Alur cerita dalam berbagai peristiwa tetap satu, hanya pelaku ceritanya yang selalu berbeda.

Kepada Umat Manusia: Jangan Bersedih!

Wahai umat manusia, hai orang yang bosan dengan kehidupan, yang tidak bergairah dalam hidup ini, yang hari-harinya sempit, dan jalan nafasnya tersumbat, di sana ada kemenangan yang nyata, pertolongan yang semakin dekat, jalan keluar dari kesempitan, dan kemudahan setelah kesulitan.

Di sekitar Anda ada hal-hal kecil yang tersembunyi. Ada cita-cita yang indah, ada masa depan yang menjanjikan, dan ada janji yang pasti.

(Sebagai) janji yang sebenar-benarnya dari Allah. Allah tidak akan menyalahi janji-Nya. **(QS. Ar-Rûm: 6)**

Di dalam kesempitan yang Anda rasakan, tersembunyi jalan keluarnya. Dalam musibah yang Anda hadapi, ada hal yang akan menyelamatkan dari musibah itu sendiri. Justru dalam hal-hal yang tidak Anda sukai itu, ada kenikmatan, dan kebaikan.

Segala puji bagi Allah yang telah menghilangkan duka cita dari kami. **(QS. Fâthir: 34)**

Wahai umat manusia, sudah saatnya Anda mengganti keraguan dengan keyakinan, penyelewengan hati dengan kebenaran, ketidaklurusan pikiran dengan hidayah, dan ketidaklurusan jalan dengan petunjuk.

Sudah saatnya Anda menyingkap kegelapan dengan *fajar shadiq*, mengganti harapan yang pahit dengan keridhaan yang manis, dan cobaan yang gelap dengan cahaya yang menerangi segala kebohongan.

Wahai umat manusia, di balik ladang yang gersang itu ada tanah subur yang rezekinya melimpah ruah.

Di atas gunung yang terjal, ada kebun yang sangat subur, yang tak perlu siraman hujan lebat. Kebun itu memberikan kabar gembira, harapan yang baik, dan cita-cita.

Wahai orang yang tidak nyenyak tidur dan yang selalu mengeluh karena kegelapan, kegelapan akan tersibak, dan bergembiralah dengan datangnya pagi.

Bukankah subuh itu sudah dekat. **(QS. Hûd: 81)**

Pagi yang akan menyinarkan cahaya, kegembiraan, dan kesenangan.

Wahai orang yang hatinya terenggut kesedihan, melangkahlah dengan pelan. Di ufuk sana telah tersedia jalan keluar dan ada sunah yang baku dan benar yang akan memberikan keringanan.

Wahai orang yang matanya selalu digenangi air mata, hentikan aliran air mata itu, dan berikan kenikmatan kepada kedua bola matamu itu. Tenanglah, karena Anda berhak mendapatkan perlindungan dari Sang Pencipta dan pemeliharaan dari sisi kebijaksanaan-Nya. Tenanglah, *qadha'* telah selesai, kebijaksanaan telah dirumuskan, rintangan sudah bisa dihilangkan, otot-otot kekuatan telah kembali segar, dan pahala telah ditetapkan bagi yang terus berusaha.

Tenanglah, karena Anda sedang berurusan dengan Dzat Yang Berkuasa atas urusan-Nya, Yang Maha Bijaksana atas hamba-hamba-Nya, Yang Maha Pengasih terhadap makhluk-Nya, dan Yang Maha Indah dalam segala pengaturan-Nya.

Tenanglah, karena akhir dari perjalanan itu adalah kebaikan. Hasilnya adalah kesenangan, dan penutupnya adalah kemuliaan.

Setelah kefakiran itu akan ada kekayaan, setelah kehausan akan ada kesegaran, setelah perpisahan akan ada pertemuan, setelah keretakan akan ada kerekatan, setelah terputus akan tersambung kembali, dan setelah tidak tidur malam Anda akan dapat tidur pulas.

Kamu tidak mengetahui, barangkali Allah mengadakan sesudah itu suatu hal yang baru. **(QS. Ath-Thalâq: 1)**

Wahai orang-orang yang merasa tersiksa dengan kelaparan, kesempitan, sakit, kepedihan, dan kefakiran. Bergembiralah, kalian akan kenyang, akan bahagia, akan gembira dan akan sehat.

Dan, malam ketika telah berlalu, dan subuh apabila mulai terang.
(QS. Al-Muddatstsir: 33-34)

Pasti, malam akan tersibakkan dan simpul itu akan terurai
yang takut mendaki gunung selamanya akan hidup di dalam kubangan.

Sebagai seorang hamba, harus berbaik sangka pada *Rabb*-nya, menunggu karunia dari-Nya, dan mengharapkan kebijaksanaan-Nya. Karena siapa pun yang berada di bawah otoritas kata, '*Kun*', maka harus percaya kepada janji-Nya. Tak seorang pun yang dapat memberikan kebaikan, kecuali Dia. Tidak pula seorang pun yang dapat menghentikan bahaya, kecuali Dia. Di dalam setiap jiwa, Dia telah menentukan kebijaksanaan. Dalam setiap gerakan ada hikmah. Dan, setiap saat Dia memberikan jalan keluar.

Dia yang menjadikan pagi hari setelah malam, yang menurunkan hujan setelah kegersangan, yang memberi agar disyukuri, yang menurunkan ujian untuk mengetahui siapa yang bersabar dan siapa yang tidak, yang memberi kenikmatan hanya karena Dia ingin mendengarkan pujian dari hamba-Nya, dan yang menurunkan bencana supaya seorang hamba mau berdoa. Ini adalah keharusan agar hamba lebih menguatkan tali hubungan dengan-Nya, dan banyak memohon kepada-Nya.

Dan, mohonlah kepada Allah sebagian dari karunia-Nya.

(QS. An-Nisâ` : 32)

Berdoalah kepada Rabb-mu dengan berendah hati dan suara yang lembut. **(QS. Al-A'râf: 55)**

Dikisahkan, Al-'Ala` ibn al-Hadhrami tersesat dengan para sahabatnya di tengah padang pasir. Bekal air mereka telah habis, dan hampir saja mati kehausan. Al-'Ala` pun menyeru kepada *Rabb*-nya dan *Ilah* Yang Mendengar lagi Maha Mengabulkan doa, "Wahai Dzat Yang Maha Tinggi, Yang Maha Agung, Yang Maha Bijaksana, dan Yang Maha Tabah ...," dan tiba-tiba turunlah hujan. Mereka pun minum, berwudhu, mandi, dan memberi minum kendaraan (unta) mereka.

Dan, Dialah Yang menurunkah hujan sesudah mereka berputus asa dan menyebarkan rahmat-Nya. Dan Dialah Yang Maha Pelindung lagi Maha Terpuji. **(QS. Asy-Syu'arâ` : 28)**

Rehat

Mencintai Allah, ber-*ma'rifat* kepada-Nya, selalu berdzikir kepada-Nya, mencari ketenangan dengan-Nya, menenangkan hati di sisi-Nya, takut, berharap, dan tawakal hanya kepada-Nya, dengan asumsi bahwa Dia lah yang menguasai segala keinginan dan kemauan seorang hamba

adalah surga dunia dan kenikmatan yang tidak bisa disamakan dengan kenikmatan lain. Dan, itu adalah kesenangan dan kehidupan bagi mereka yang mencintai Allah.

Kebergantungan hati hanya kepada Allah, ketekunan hati untuk berdzikir kepada-Nya, dan *qana'ah* hati dapat menghilangkan keresahan dan kegundahan, melapangkan hati, dan mendatangkan kehidupan yang baik. Karena itu, tidak ada hati yang lebih sempit dan jiwa yang lebih resah daripada orang yang tidak menggantungkan hatinya kepada selain Allah, yang lalai berdzikir kepada Allah, dan yang tidak puas dengan yang diberikan Allah.

Hiburlah Diri Anda Dengan Bencana yang Menimpa Orang Lain

Contoh yang paling nyata adalah keluarga Al-Baramikah, sebuah keluarga kaya, yang suka berfoya-foya, dan bergelimang kenikmatan. Bencana yang menimpa mereka adalah sebuah pelajaran, nasehat, dan contoh. Hanya dalam rentang waktu sehari, Harun ar-Rasyid berhasil menggulingkan mereka. Mereka lalai, mereka pulas tertidur di dalam selimut-selimut kenikmatan, dan bersenang-senang di dalam taman-taman kemewahan. Tiba-tiba pada suatu pagi, rumah mereka diruntuhkan, istana mereka dihancurkan, semua yang melindungi mereka ditewaskan, justru oleh tangan yang sangat dekat dengan mereka. Semua budak milik mereka dirampas. Darah mereka ditumpahkan, hingga mereka menjadi binasa.

Dengan bencana itu, semua orang yang mereka cintai juga harus terluka hatinya. Sungguh tidak ada *Rabb* selain Allah. Tak terhitung kenikmatan yang harus terampas, dan tak terhitung pelajaran yang harus ditebus dengan darah.

> *Maka ambillah (kejadian itu) untuk menjadi pelajaran, hai orang-orang yang mempunyai pandangan.* **(QS. Al-Hasyr: 2)**

Sejam sebelum mereka dihancurkan, mereka masih dapat berjalan dengan sombong di atas bentangan kain sutera dengan gelas-gelas yang penuh dengan angan-angan. Namun tiba-tiba sebuah kejutan datang.

Itulah ketidakmampuan orang menghadapi bencana,
jika ia mampu maka yang lain akan besar kepala,
demikianlah hari-hari dan negeri dibinasakan.

Bertahun-tahun mereka terbuai dalam kantuk, terbuai oleh hati yang senang, dan mengabaikan hari-hari yang terus bergulir.

Dan, kamu telah berdiam di tempat-tempat kediaman orang-orang yang menganiaya diri mereka sendiri, dan telah nyata bagimu bagaimana Kami telah berbuat terhadap mereka dan telah Kami berikan kepadamu beberapa perumpamaan. **(QS. Ibrâhim: 45)**

Bendera-bendera berkibar di atas kepala mereka

dan bala tentara berbaris di sekeliling mereka.

Seakan tidak ada yang bisa mendekatinya

antara Hajun hingga Shafa, tidak ada teman ngobrol di Makkah.

Mereka tenggelam dalam kenikmatan, dan terbuai oleh waktu. Mereka mengira bahwa fatamorgana itu adalah air. Mereka mengira bahwa yang bengkak itu adalah timbunan lemak. Mereka mengira bahwa dunia ini kekal, dan kefanaan itu adalah kebakaan. Mereka menyangka bahwa barang titipan itu tidak harus dikembalikan. Mereka menyangka bahwa barang pinjaman tidak harus bertanggung jawab. Dan, mereka juga menyangka bahwa amanah tidak harus dikerjakan.

Dan, mereka menyangka bahwa mereka tidak akan dikembalikan kepada Kami. **(QS. Al-Qashash: 39)**

Orang yang lapar bertahun-tahun beragam warnanya,

setiap zaman memiliki suka dan dukanya sendiri.

Kehidupan ini tak kekal atas seseorang,

tidak bertahan dalam keadaan yang sama.

Di pagi hari, mereka masih bisa bergembira, namun sore harinya mereka sudah ada di dalam kubur. Ketika Harun Ar-Rasyid sudah marah tak tertahankan, ia menghunus pedangnya. Dibunuhnya Ja'far ibn Yahya al-Barmaki. Mayatnya disalib dan dibakar. Ayahnya, Yahya ibn Khalid, dan saudaranya, Al-Fadhl ibn Yahya, dipenjarakan. Semua hartanya disita. Saat itulah banyak penyair yang menyenandungkan syair sedih atas peristiwa dibunuhnya keluarga Baramikah ini. Salah satunya adalah syair Ar-Raqasyi—tapi ada yang menyebutkan sebagai syair Abu Nawas:

Sekarang, kita dan kendaraan kami merasa tenang,

yang diberi maupun yang memberi telah dikungkung.

Katakan pada semua binatang tunggangan,

telah aman dari perjalanan malam, dan gurun tandus itu telah terlipat.

Katakan pada kematian, kau menang atas Ja'far

tapi tidak setelah sebuah kegelapan.

Katakan pada pemberian-pemberian karena kebaikan, istirahatlah,

katakan pada bencana setiap hari, kau selalu baru

Tak ada lagi pedang Barmaki yang tersarung,

kini ditebas oleh pedang Hasyimi yang terhunus.

Ketika melihat Ja'far di tiang pemancungan,

ar-Raqasyi mengatakan, Demi Allah,

jika bukan karena rasa takut terhadap tukang fitnah,

dan mata khalifah yang tidak tidur.

Aku akan berkeliling di sekitar tiang gantungan,

dan memeganginya seperti memegang Hajar Aswad

Aku tidak pernah melihat sebelummu, anak Yahya seorang,

pedang tajam yang menumpulkan pedang tajam

Kau berada dalam genggaman kenikmatan dan dunia ada di tanganmu,
namun kini selamat tinggal tuk negeri Barmaki.

Kemudian ar-Raqasyi dipanggil oleh ar-Rasyid dan ditanya, "Berapa uang yang Ja'far berikan kepadamu setiap tahunnya?" Jawab ar-Raqasyi, "Seribu dinar." Dan, ar-Rasyid pun memerintahkan pembantunya untuk memberinya dua ribu dinar.

Az-Zubair ibn Bakkar meriwayatkan dari pamannya Mush'ab ibn az-Zubairi bahwa ketika ar-Rasyid membunuh Ja'far, datang seorang wanita dengan tetap duduk di atas keledai kendaraannya. Dengan bahasa yang sangat lugas dia berkata, "Demi Allah, wahai Ja'far, hari ini engkau menjadi sebuah tanda, karena sebelum hari ini engkau telah menjadi pusat harapan." Kemudian dia melantunkan sebuah syair,

Kala kulihat pedang telah menghunjam ke tubuh Ja'far

seorang penyeru mengumumkan Yahya sebagai khalifah

Kutangisi dunia, dan kuyakini batas cakrawala terdekat

adalah hari ketika orang meninggalkan dunia.

Semua itu karena pemerintah yang selalu berganti,

yang berjaya dengan kenikmatan dan berakhir dengan bencana.

Jika seseorang ditempatkan pada kedudukan tinggi raja,

maka setelah itu ia dijatuhkan ke tempat paling rendah.

Saat Abu Ja'far al-Manshur membunuh Muhammad ibn Abdullah ibn al-Hasan (salah satu pemimpin aliran Syiah Zaidiyah, w. 145 H.—***ed.***) dia mengirimkan kepalanya kepada ayahnya yang bernama Abdullah ibn al-Hasan yang saat itu sudah lebih dahulu dijebloskan ke dalam penjara. Penggalan kepala tersebut diantarkan oleh Rabi', pengawal utama al-Manshur. Penggalan kepala Muhammad itu oleh Rabi' diletakkan di hadapan bapaknya, Abdullah ibn al-Hasan. Kata Abdullah kepada anaknya yang tinggal kepala itu, "Semoga Allah memberikan rahmat kepadamu, wahai Abul Qasim. Engkau termasuk orang-orang yang menepati janji Allah, yang tidak pernah mengingkari kesepakatan, yang selalu menyampaikan perintah Allah yang harus disampaikan, yang takut kepada *Rabb*, dan yang takut kepada hasil perhitungan buruk kelak. Kemudian dia menjelaskan dengan bait syair,

Yang dilindungi oleh pedangnya dari kehinaan,

cukuplah dengan menghindari semua keburukan.

Dia menoleh pada Rabi', kemudian berkata, "Katakan pada sahabatmu itu, telah berlalu saat-saat sulit kami, seperti halnya saat-saat kenikmatanmu yang telah berlalu pula. Yang menentukan waktu itu adalah Allah."

Cerita ini memberi inspirasi kepada al-Abbas ibn al-Ahnaf untuk menyusun bait-bait syairnya. Versi lain menyebutkan bahwa cerita itu memberi inspirasi Ammarah ibn 'Uqail untuk menyusun bait-bait syairnya sebagai berikut:

Perhatikan keadaanku dan keadaanmu sesekali tanpa pretensi,

tak akan tampak bedanya.

Setiap hari kesulitanku berlalu bersama kenikmatanmu,

akan terus dihitung.

Dan kini, di mana Harun ar-Rasyid, dan di mana pula Ja'far al-Barmaki? Di mana yang membunuh dan yang dibunuh? Di mana yang memerintah dan yang diperintah? Di mana penguasa yang mengeluarkan perintah dengan berbaring di atas tempat tidur di dalam istananya? Di mana tempat orang yang dibunuh dan disalib itu? Semuanya telah tiada. Semua itu seperti hari kemarin yang telah lewat. Namun kelak, mereka akan dikumpulkan oleh Hakim Yang adil pada suatu hari yang tidak

ada keraguan padanya. Hari di mana tidak ada lagi ketidakadilan dan kezaliman.

Musa menjawab: "Pengetahuan tentang itu ada di sisi Rabb-ku, di dalam sebuah kitab, Rabb kami tidak akan salah dan tidak (pula) lupa."

(QS. Thâhâ: 51)

(Yaitu) hari (ketika) manusia berdiri menghadap Rabb semesta alam.

(QS. Al-Muthaffifîn: 6)

Pada hari itu kamu dihadapkan (kepada Rabb-mu), tiada sesuatu pun dari keadaanmu yang tersembunyi (bagi Allah). **(QS. Al-Hâqqah: 18)**

Tentang bencana yang menimpa keluarga al-Barmaki ini, Yahya ibn Khalid al-Barmaki ditanya, "Tahukah engkau sebab dari bencana ini?"

Jawabnya, "Mungkin, doa orang-orang yang dizalimi, yang dipanjatkan di malam hari ketika kami sedang lalai."

Abdullah ibn Mu'awiyah ibn Abdullah ibn Ja'far dipenjarakan. Di dalam penjara ia berkata,

"Kami telah berusaha keluar dari dunia,

namun masih saja sebagai penghuninya.

Kami bukan orang mati dan bukan pula yang masih hidup.

Ketika seorang sipir penjara masuk, kami kagum dan berkata,

orang ini datang dari dunia.

Kami gembira dengan mimpi-mimpi

sehingga obrolan pagi pun adalah mimpi-mimpi.

Jika pun mimpi itu baik, maka sudah sangat terlambat,

dan jika pun buruk akan segera datang, walau tidak ditunggu."

Bait terakhir dari syair di atas mengandung nada sikap pesimistis yang demikian tinggi. Mengingatkan saya pada dua bait syair yang tertulis dalam *Al-Bighal,* karya al-Jahizh.

Ketika surat kehidupan telah dikirimkan

lengkap dengan bencana zamannya,

ia akan terkirim dengan cepat.

Ketika yang dibawanya buruk, ia akan berjalan sehari semalam,

dan jika baik dia berjalan empat hari lamanya.

Syahdan, seorang raja Persia memenjarakan salah seorang bijak bestari. Di atas secarik kertas yang kemudian dikirimkan kepada raja, si bijak itu menuliskan: "Sesungguhnya, waktu-waktu yang berlalu dariku hanyalah akan mendekatkanku kepada kemudahan dan mendekatkanmu kepada bencana. Kini aku menunggu kelegaan, sedangkan kau sedang ditunggu oleh kebingungan."

Ibn Abbad, penguasa Andalusia, yang sedang tenggelam dalam foya-foya dan banyak melakukan penyimpangan-penyimpangan itu, juga ditimpa bencana. Di rumahnya ada banyak budak wanita, rebana, gendang, kecapi, dan lagu-lagu yang selalu menghiburnya. Suatu hari si penguasa ini meminta bantuan kepada Ibn Tasyfin—penguasa wilayah Maghrib—untuk melawan tentara Romawi di Andalusia. Dengan pasukannya, Ibn Tasyfin menyeberang lautan dan membantu Ibn Abbad. Oleh Ibn Abbad, Ibn Tasyfin dijamu di taman-taman yang indah, istana-istana megah, dan rumah-rumah mewah. Dia menyambutnya dengan gembira dan menghormatinya dengan penuh ketakziman. Tapi Ibn Tasyfin justru seperti singa yang matanya liar menatap setiap sudut, karena memang ada niat tersembunyi di hatinya.

Tiga hari kemudian, justru Ibn Tasyfin memerintahkan pasukannya untuk menyerang kerajaan yang rapuh itu. Ditawannya Ibn Abbad, diikatnya, dan dirampas kerajaannya. Rumah-rumahnya disita dan istana-istananya dihancurkan. Ibn Abbad kemudian dikucilkan dari taman-tamannya, dan dipulangkan ke Aghmat, tempat kelahirannya, sebagai seorang tawanan.

> *Dan, masa (kejayaan dan kehancuran) itu, Kami pergilirkan di antara manusia (agar mereka mendapat pelajaran).* **(QS. Ali 'Imrân: 140)**

Kekuasaan Andalusia pun jatuh ke tangan Ibn Tasyfin, dan ia 'cuci-tangan' dengan alasan bahwa orang-orang Andalusialah yang memintanya dan menginginkannya untuk melakukan semua itu.

Beberapa waktu kemudian, puteri-puteri Ibn Abbad dengan kaki telanjang, mata sembab, wajah yang tak terurus, dan kelaparan datang membesuknya di dalam penjara. Ketika melihat mereka, dia menangis di depan pintu penjara seraya berkata,

"Dulu, kau selalu gembira dengan pesta-pesta,

namun kini kau jalani pesta itu di Aghmat sebagai tawanan.

Lihatlah anak-anakmu dengan kain lusuh kelaparan merintih

mereka tak punya kain setipis kulit ari sekalipun.

Mereka menemuimu dengan pasrah dan takluk,

pandangan mata mereka kuyu tiada bersinar

Bersimpuh di atas tanah dan kakinya telanjang,

seakan belum pernah menginjakkan misik dan kapur."

Kemudian, masuklah penyair Ibn Lubanah menemui Ibn Abbad seraya berkata,

"Hiruplah wangi kedamaian yang telah aku lumuri dengan misik.

Katakanlah sebagai majaz *ketika tak kaudapatkan yang sebenarnya,*

engkau telah dianugerahi nikmat di masa dulu.

Hujan telah membuatmu menangis, angin telah mengoyak kantongnya,

dan kilat mengeluh atas namamu."

At-Tirmidzi meriwayatkan dari 'Atha`, dari 'Aisyah bahwa dia pernah melewati kuburan saudaranya, Abdullah ibn Abu Bakar, yang dimakamkan di Makkah. Dia mengucapkan salam kepadanya dan berkata, "Wahai Abdullah, perumpamaan antara diriku dengan dirimu hanyalah seperti yang dikatakan Mutammim,

"Kita ibarat dua sahabat yang menyesal karena berjumpa sebentar,

hingga dikatakan tak mungkin akan pernah berpisah

Hidup dalam kebaikan dan kita menerimanya,

kematian telah menjemput rombongan Kisra beserta pengikutnya.

Tatkala berpisah,

serasa berpisah dengan seorang raja yang sudah lama bersama

seperti tak pernah kita bermalam walau semalam'."

Setelah itu dia menangis, dan mengucapkan selamat tinggal.

Sedangkan Umar ibn Khaththab pernah berkata kepada Mutammim ibn Nuwairah, "Wahai Mutammim, demi Dzat Yang jiwaku ada di tangan-Nya, ingin rasanya aku menjadi seorang penyair, lalu aku lantunkan sajak duka untuk saudaraku, Zaid. Demi Allah, angin sepoi dari Najd itu bertiup ke arahku dengan membawa harum aroma tubuh Zaid. Wahai Mutammim, Zaid masuk Islam sebelum aku, dia hijrah dan terbunuh sebelum aku juga."

Dan, Umar pun menangis.

Bani Ahmar, di Andalusia, sedang tertimpa musibah. Ibn Abdun, si penyair itu, menyatakan bela sungkawanya atas musibah yang menimpa mereka.

Zaman akan risau setelah pejaman mata dengan sebuah bekas,

tapi mengapa harus menangisi bayangan dan gambar?

Kularang engkau, kularang engkau.

Tak segan kunasehatkan agar engkau tidur di tengah kuku-kuku singa,

lalu kau harapkan kemenangan.

Sungguh, jika telah menjadikan Amr sebagai tebusan,

maka Ali dan siapa saja juga akan dijadikan tebusan.

Maka, tatkala datang azab Kami, Kami jadikan negeri kaum Luth itu yang di atas ke bawah (Kami balikkan). **(QS. Hûd: 82)**

Sesungguhnya, perumpamaan kehidupan duniawi itu, adalah seperti air (hujan) yang Kami turunkan dari langit, lalu Kami tumbuhkan dengan suburnya karena air itu tanaman-tanaman bumi, di antaranya ada yang dimakan manusia dan binatang ternak. Hingga apabila itu telah sempurna keindahannya, dan memakai (pula) perhiasannya, dan pemilik-pemiliknya mengira bahwa mereka menguasainya, tiba-tiba datanglah kepadanya azab Kami di waktu malam atau siang, lalu Kami jadikan (tanaman-tanamannya) laksana tanam-tanaman yang sudah disabit, seakan-akan belum pernah tumbuh kemarin. **(QS. Yûnus: 24)**

Buah Ranum dari Keridhaan

Allah ridha kepada mereka, dan mereka pun ridha kepada-Nya.
(QS. Al-Bayyinah: 8)

Keridhaan memiliki buah yang melimpah berupa keimanan. Orang yang ridha hatinya akan terangkat hingga ke tempat paling tinggi, yang kemudian mempengaruhi keyakinannya: semakin mendalam dan kuat mengakar. Pengaruhnya kemudian adalah kejujuran dalam berucap, berbuat, dan berperilaku.

Kesempurnaan *ubudiyah*-nya lebih disebabkan kemampuan menjalankan konsekuensi-konsekuensi hukum yang sebenarnya berat bagi dia. Tapi, ketika hanya hukum-hukum yang ringan saja yang dijalankan, maka

itu akan membuat jarak *ubudiyah* orang ini dengan *Rabb*-nya semakin jauh. Dalam konteks bahwa *ubudiyah* itu berarti kesabaran, tawakal, keridhaan, rasa rendah diri, rasa membutuhkan, ketaklukan, dan ketundukan, maka *ubudiyah* itu tidak akan sempurna, kecuali dengan menjalankan kewajiban yang memang berat. Keridhaan terhadap *qadha'* bukan berarti ridha terhadap *qadha'* yang tidak memberatkan, tapi terhadap yang menyakitkan dan memberatkan. Seorang hamba tidak berhak mengatur *qadha'* dan *qadar* Allah, dengan menerima yang ia mau dan tidak menerima yang tidak ia mau. Karena pada dasarnya manusia itu tidak diberi hak untuk memilih: hak itu mutlak wewenang Allah, sebab Dia lebih mengetahui, lebih bijaksana, lebih agung, dan lebih tinggi. Karena Allah mengetahui alam gaib, segala rahasia, dan akibat dari segala hal.

Saling Meridhai

Satu hal yang harus disadari adalah bahwa keridhaan seorang hamba kepada Allah dalam segala hal akan membuat *Rabb* ridha kepadanya. Ketika seorang hamba ridha dengan rezeki yang sedikit, maka Allah akan ridha kepadanya dengan amal sedikit yang dia persembahkan. Ketika seorang hamba ridha terhadap semua keadaan yang melingkupinya, dan tetap mempertahankan kualitas keridhaannya itu, maka Allah akan cepat meridhainya ketika dia meminta keridhaan-Nya.

Dengan kacamata itu, lihatlah orang-orang yang ikhlas. Walaupun ilmunya sedikit, tapi Allah meridhai semua usaha mereka, karena memang mereka ridha kepada Allah. Berbeda dengan orang-orang munafik yang selalu ditolak amalan mereka. Mereka tidak menerima apa yang telah Allah turunkan dan tidak suka terhadap keridhaan-Nya, maka Allah pun menyia-nyiakan amalan-amalan mereka.

Orang yang Tidak Mau Menerima, Tidak Akan Pernah Diterima

Sikap tidak menerima adalah pintu ke arah keresahan, kesedihan, kekacauan hati, kemurungan, dan prasangka yang tidak seharusnya kepada Allah. Sementara, sikap ridha akan melepaskan seorang hamba dari semua itu dan membukakan pintu surga dunia sebelum pintu surga akhirat.

Ketenangan jiwa tidak akan tercapai dengan menentang *qadar* dan melawan *qadha'*, tapi dengan menyerahkan diri, tunduk, dan menerima. Si Pengatur adalah Dzat Yang sangat Bijaksana, tidak bisa dituduh melakukan kecurangan dalam *qadha'* dan *qadar*-Nya.

Di sini saya teringat kisah Ibn Rawandi, seorang filosof yang sangat hebat namun tidak percaya kepada Allah. Dia hidup sebagai seorang yang fakir. Suatu hari, ia melihat seorang kalangan rakyat biasa lagi bodoh. Ia pun menengadah ke langit seraya berkata, "Aku adalah seorang filosof dunia, namun aku hidup dalam kefakiran. Sedangkan orang bodoh ini hidup sebagai seorang yang kaya. Tentunya, suatu pembagian yang tidak adil. Dan, Allah tak lebih hanya akan menambah kejengkelan, kehinaan dan kesempitan (di hatiku)."

> *Dan, sesungguhnya siksaan akhirat lebih menghinakan dan mereka tidak diberi pertolongan.* **(QS. Fushshilat: 16)**

Faedah dari Keridhaan

Keridhaan akan menciptakan ketenangan, hati yang dingin, ketegaran dalam menghadapi *syubuhat*, ketegaran dalam menghadapi berbagai permasalahan yang tumpang-tindih dan muncul deras sekali. Hati yang ridha akan yakin sepenuhnya kepada janji Allah dan Rasul-Nya. Hati orang seperti ini seakan dibisikkan suara:

> *"Inilah yang dijanjikan Allah dan Rasul-Nya kepada kita". Dan, benarlah Allah dan Rasul-Nya. Dan yang demikian tidaklah menambah kepada mereka, kecuali iman dan ketundukan.* **(QS. Al-Ahzâb: 22)**

Sebaliknya, tidak menerima akan membuat hati tidak tenang, ragu, dan cemas, tidak tegar, sakit hati, dan bergejolak. Hati menjadi bergejolak dan terganggu, seakan di dalamnya ada suara membisikkan:

> *Allah dan Rasul-Nya tidak menjanjikan pada kami, melainkan tipu daya.* **(QS. Al-Ahzâb: 12)**

Orang-orang yang memiliki hati seperti ini akan mengakui kebenaran jika datang kebenaran, dan akan berpaling jika mereka dituntut untuk memenuhi tugasnya. Ketika diberi kebaikan, maka mereka akan merasa tenang. Tetapi ketika diuji, maka mereka akan berubah menjadi buruk. Mereka akan merugi di dunia dan di akhirat.

Yang demikian itu adalah kerugian yang nyata. **(QS. Al-Hajj: 11)**

Dan, keridhaan akan memberikan ketenangan, sesuatu yang paling berharga. Karena ketenangan akan membuat hati menjadi tegar dan jerih, serta keadaan terkendali. Dan, sikap tidak menerima (tidak ridha) hanya akan menjauhkannya dari ketenangan itu. Jauh dekatnya tergantung pada besar kecilnya ketidakpuasan terhadap keadaan. Ketika ketenangan itu hilang, maka dengan serta-merta kegembiraan, rasa aman, dan kedamaian hidup, juga akan lenyap. Itu berarti bahwa nikmat terbesar yang Allah berikan kepada hamba-Nya adalah ketenangan di hati. Dan, bagaimana itu bisa didapatkan? Tentunya, dengan keridhaannya kepada Allah bagaimanapun keadaan yang melingkupinya.

Jangan Melawan *Rabb*

Keridhaan di hati akan melunturkan perlawanan seorang hamba terhadap aturan dan ketentuan *Rabb*-nya. Tidak menerima (keputusan dan ketentuan)-Nya sama artinya dengan melawan-Nya — dalam konteks hal-hal yang tidak bisa diterima hati. Ini dapat dipahami dari kasus iblis yang melawan *Rabb*-nya karena tidak bisa menerima ketentuan-ketentuan yang dibuat oleh Allah, termasuk tentang pengaturan-pengaturan agama dan alam semesta. Orang yang menolak untuk percaya kepada Allah, akan melakukan hal yang sama dengan yang dilakukan iblis. Sebab, memang iblis menentang *Rabb*-nya atas dasar kesombongan dan tidak mau tunduk kepada Dzat Yang Berkuasa itu. Iblis mengabaikan perintah, melanggar larangan, tidak menerima ketentuan, dan tidak tunduk kepada *qadha'*.

Keputusan yang Telah Berlaku dan Ketentuan yang Adil

Ketentuan Allah telah berlaku dalam diri hamba-Nya, dan *qadha'*-Nya sangat adil. Disebutkan di dalam hadits Rasulullah: *"Ketentuan-Mu telah berlaku dalam diriku dan* qadha'*-Mu adil dalam diriku."* Itu artinya, orang yang tidak menerima keadilan, jelas orang yang zalim dan melampaui batas, padahal Allah adalah hakim yang paling bijaksana. Allah telah mengharamkan kezaliman atas diri-Nya dan tidak pula berlaku zalim kepada hamba-Nya. Maha Suci Allah, dan selamanya tidak akan melakukan ke-

zaliman kepada umat manusia. Tapi justru manusia sendirilah yang menzalimi diri mereka sendiri.

Sabda Nabi, *"... ketentuan-Mu dalam diriku adil ...,"* mencakup ketentuan dosa dan ketentuan konsekuensi akibat. Kedua hal itu adalah wilayah ketentuan Allah. Dan, Allah adalah hakim yang paling adil dalam ketentuan dosa maupun konsekuensi akibat dari keputusan-Nya. Adanya Allah menentukan dosa atas hamba-Nya disebabkan adanya hal-hal yang tidak bisa dijangkau oleh manusia yang nantinya akan berakibat buruk, dan itu hanya Allah yang tahu. Di samping itu, karena ada kemaslahatan lebih besar dimana hanya Dia yang tahu.

Tidak Menerima Itu Tidak Ada Faedahnya

Ketidak-ridhaan bisa disebabkan karena kegagalan mendapatkan apa yang disenangi dan diinginkannya. Bisa juga disebabkan oleh hal-hal yang memberatkannya dan tidak bisa ia terima. Ketika orang percaya bahwa apa yang tidak ia dapatkan itu memang tidak baik untuknya, dan yang baik untuknya tidak mungkin luput, maka ia akan menyadari bahwa sikapnya yang tidak menerima itu tidak akan berguna, kecuali terhadap kegagalannya ia mendapatkan yang bermanfaat, dan terhadap hasil yang didapatkan ternyata membahayakan dirinya. Disebutkan dalam sebuah hadits: *"Pena telah kering (untuk menuliskan ralat) terhadap apa yang akan engkau temui, wahai Abu Hurairah.* Qadha` *telah selesai,* qadar *telah usai, ketentuan-ketentuan telah dituliskan, pena-pena telah diangkat, dan lembaran-lembaran telah kering."*

Keselamatan Itu Ada Bersama Keridhaan

Percaya atau tidak, keridhaan akan membukakan pintu keselamatan. Keridhaan membuat hati menjadi terbebas dan bersih dari tipu daya, kebusukan dan kedengkian. Karena hanya orang yang berhati bersihlah yang selamat dari azab Allah. Hati yang bersih adalah hati yang jauh dari *syubuhat* (keraguan), dari menyekutukan Allah, dan dari jerat-jerat iblis yang menyesatkan. Dalam hati seperti ini hanya ada satu: Allah.

Katakanlah: "Allah-lah (yang menurunkannya)", kemudian (sesudah kamu menyampaikan al-Qur`an kepada mereka), biarkanlah mereka bermain-main dalam kesesatannya. **(QS. Al-An'âm: 91)**

Adalah mustahil dalam hati yang bersih itu masih terdapat rasa tidak menerima. Semakin seorang hamba itu ridha, maka semakin bersih hatinya. Kotoran hati, kebusukan, dan tipu daya adalah kaitan dari sikap tidak menerima. Sedangkan kebersihan, kelurusan, dan kemuliaan hati adalah kaitan keridhaan. Kedengkian adalah buah dari sikap yang tidak menerima. Dan, hati yang bersih dari unsur dengki adalah buah dari keridhaan. Diibaratkan, keridhaan adalah pohon yang baik, yang disirami dengan air keikhlasan dan ditanam di kebun tauhid. Akarnya keimanan, dahan-dahannya adalah amal salih, dan buahnya sangat manis. Disebutkan dalam sebuah hadits: *"Yang akan mencicipi rasa iman adalah orang yang ridha kepada Allah sebagai* Rabb, *Islam sebagai agama, dan Muhammad sebagai Rasul."* Atau, seperti disebutkan dalam hadits yang lain: *"Ada tiga hal yang bila ketiganya itu menyatu dalam dirinya, maka ia akan mendapatkan manisnya iman ...."*

Tidak Menerima Adalah Pintu Keraguan

Sikap tidak menerima akan membukakan pintu keraguan kepada Allah, kepada *qadha'*, kepada *qadar*, kepada hikmah, dan kepada ilmu-Nya. Jarang orang yang tidak menerima akan terhindar dari ancaman keraguan yang menyusup ke dalam hatinya. Kalaupun ia merasa yakin dapat menghindar dari ancaman tersebut, itu hanya perasaannya. Namun kalau dirinya sendiri ia korek dengan jujur, maka ia akan menyadari bahwa keyakinannya telah tercemar dan terasuki keraguan. Antara keridhaan dan keyakinan itu ada hubungan 'saudara yang sangat dekat'. Sedangkan keraguan dan tidak menerima adalah dua teman dekat. Inilah makna hadits yang diriwayatkan oleh Tirmidzi: *"Jika engkau mampu berbuat dengan keridhaan dan keyakinan, maka lakukanlah. Namun bila tidak mampu, maka dalam sikap sabar terhadap hal-hal yang memberatkan jiwa terdapat kebaikan yang banyak sekali."*

Di dalam hati orang-orang yang tidak menerima, tersimpan perasaan dendam dan terpendam marah, walaupun mereka tidak mengungkapkannya. Di hadapan mereka selalu ada kerumitan-kerumitan yang harus dipecahkan dan pertanyaan-pertanyaan yang harus dijawab: Mengapa begini? Mengapa menjadi begini? Mengapa semua ini bisa terjadi?

Keridhaan Adalah Kekayaan dan Rasa Aman

Barangsiapa memenuhi hatinya dengan keridhaan terhadap *qadha'*, maka Allah akan memenuhi hatinya dengan kekayaan, rasa aman, serta *qana'ah*. Selanjutnya, Allah akan menjadikan hatinya penuh dengan cinta, *inabah,* dan tawakal kepada-Nya. Sebaliknya, orang yang tidak ridha, hatinya akan penuh dengan kebencian, kemungkaran dan durhaka, serta akan sibuk dengan hal-hal yang melawan kebahagiaan dan keberuntungannya.

Keridhaan akan mengosongkan hati dari berbagai sangkutan dan membiarkannya hanya untuk Allah. Tapi sikap tidak menerima akan menguras isi hati dari segala hal yang bersangkutan dengan Allah. Bagi orang yang tidak menerima, kehidupan yang sebenarnya tidak dirasakan; dan bagi orang yang selalu mengeluh, tidak ada ketetapan yang bisa ia rasakan. Kehidupannya tak tertata. Yang tampak di mata hanyalah rezekinya yang pas-pasan, nasibnya yang selalu apes, karunia yang didapatkannya terlalu kecil, dan musibah yang tak kunjung berakhir. Ia merasa bahwa dirinya berhak mendapatkan yang lebih dari semua itu. Di matanya, *Rabb*-nya hanyalah pecundang yang selalu membuatnya apes, yang selalu menghalanginya dari kebaikan, yang selalu memberi ujian, yang selalu membebaninya, dan yang selalu membuat keadaannya menjadi lebih buruk. Dengan mata yang sudah tidak jernih seperti itu, bagaimana mungkin ia bisa merasakan kemesraan *Rabb*-nya, bagaimana ia bisa merasakan kebahagiaan, dan bagaimana ia bisa merasa hidup? Sungguh tidak ada kehidupan bagi orang yang selalu membenci dan menaruh dendam. Dia selalu berada dalam keadaan yang tidak jelas. Dia selalu melihat rezekinya kurang, nasibnya apes, karunia Allah yang diberikan kepadanya terlalu sedikit, dan musibah yang menimpanya bertumpuk-tumpuk. Dia selalu melihat bahwa dirinya berhak mendapat yang lebih dari semua itu, lebih tinggi dan agung. Namun *Rabb*-nya – dalam pandangannya — telah mencegah, menjegal, dan telah menimpakan musibah kepadanya, mengecilkan keberadaannya, serta membuatnya terpuruk. Bagaimana mungkin orang yang seperti ini akan hidup bahagia, tenang, dan bisa menikmati hidup?

> *Yang demikian itu adalah karena sesungguhnya mereka mengikuti apa yang menimbulkan kemurkaan Allah dan (karena) mereka membenci (apa yang menimbulkan) keridhaan-Nya; sebab itu Allah menghapus (pahala) amal-amal mereka.* **(QS. Muhammad: 28)**

Buah dari Keridhaan Adalah Rasa Bersyukur

Keridhaan akan membuahkan rasa syukur yang merupakan level keimanan tertinggi, bahkan merupakan hakikat dari keimanan itu sendiri. Dalam tahapan iman, rasa syukur itu adalah puncaknya. Orang yang tidak ridha terhadap pemberian Allah, keputusan-Nya, penciptaan-Nya, pengaturan-Nya, terhadap yang diambil dan yang diberikan-Nya, tidak akan bisa bersyukur kepada Allah. Dan itu artinya, orang yang bersyukur adalah orang yang paling menikmati hidup.

Buah dari Tidak Menerima Adalah Kekufuran

Sikap tidak menerima akan menghasilkan kebalikannya: kufur terhadap nikmat. Dan, sikap ini bisa menyeret seseorang ke arah yang lebih ekstrim: kufur terhadap Yang Memberi nikmat itu sendiri. Ketika seorang hamba itu ridha kepada *Rabb*-nya, bagaimanapun keadaan yang melingkupi, maka itu akan mendorongnya untuk bersyukur kepada-Nya, sehingga ia menjadi orang yang ridha dan bersyukur. Ketika seorang hamba itu tidak bisa ridha, maka saat itu ia termasuk orang-orang yang tidak menerima, dan berjalan di atas jalan orang-orang yang kufur. Adanya penyimpangan dalam keyakinan di hati dan agama disebabkan karena seorang hamba hendak menjadikan dirinya sebagai tuhan, bahkan hendak mendiktekan keinginannya kepada *Rabb*.

> *Hai orang-orang yang beriman, janganlah kamu mendahului Allah dan Rasul-Nya.* **(QS. Al-Hujurât: 1)**

Tidak Menerima Adalah Jerat Setan

Setan itu dapat mengalahkan umat manusia. Itu bisa terjadi ketika manusia sedang bersikap tidak menerima dan dikuasai oleh nafsunya. Pada saat itu manusia menjadi sasaran perburuan setan. Apalagi ketika rasa tidak menerima itu sudah menguasainya, maka dengan tanpa beban ia akan meniatkan, mengatakan, dan melakukan apa yang tidak diridhai *Rabb*-nya. Inilah mungkin alasan Nabi, pada waktu anaknya, Ibrahim, meninggal mengatakan, *"Hati bersedih, mata mengalirkan air mata, dan kami tidak mengatakan kecuali apa yang membuat* Rabb *kami ridha."* Kematian anak

kadang menjadi sikap yang mendorong seorang hamba untuk tidak bisa menerima *qadar*. Karena itu, Nabi mengabarkan bahwa dalam keadaan seperti itu — keadaan yang tidak bisa diterima oleh kebanyakan orang yang membuat mereka ikut terbawa untuk tidak menerima (sehingga mereka pun mengucapkan kata-kata dan melakukan hal-hal yang membuat Allah tidak ridha)— Beliau tidak mengatakan, kecuali yang membuat *Rabb*-nya ridha. Seandainya ketika menghadapi *qadha`* yang menurutnya berat itu terbesit tiga hal berikut, maka segala yang menimpanya akan terasa mudah.

Pertama, menyadari adanya hikmah yang dirahasiakan oleh Pembuat *qadar*, dan menyadari bahwa si Pembuat qadar itu lebih mengetahui kemashlahatan setiap hamba dan apa saja yang bermanfaat baginya.

Kedua, berpasrah diri untuk menunggu pahala yang besar dan ganjaran yang banyak, sebagaimana janji Allah yang diberikan kepada hamba-Nya yang sedang ditimpa musibah dan bersabar.

Ketiga, menyadari bahwa keputusan dan semua permasalahan itu adalah wewenang mutlak *Rabb*, sedangkan wewenang seorang hamba adalah berserah diri dan tunduk.

Apakah mereka yang membagi-bagi rahmat Rabb-mu?

(QS. Az-Zukhruf: 32)

Keridhaan Akan Menyingkirkan Hawa Nafsu

Sikap ridha akan menyingkirkan hawa nafsu dari dalam hati. Orang yang ridha akan mampu membuat hawa nafsunya mengikuti keinginan *Rabb*-nya, yakni keinginan yang dicintai dan diridhai oleh-Nya. Keridhaan dan hawa nafsu tidak pernah menyatu di dalam satu ruang hati selamanya. Kalaupun keridhaan dapat mengambil satu ruang dalam hati dan hawa nafsu mengambil ruang yang lain, maka kemudian yang berkuasa adalah mana yang lebih kuat.

Jika keridhaanmu ada dalam terjagaku

kan kukatakan kepada kantukku, selamat tinggal.

Dan, aku bersegera kepada-Mu. Ya, Rabb-ku, agar supaya Engkau ridha (kepadaku). **(QS. Thâhâ: 84)**

Jika ucapan orang yang mendengki kami membuatmu senang,
maka tak ada luka yang terasa sakit jika engkau menerimanya.

Rehat

"Kenalkan dirimu kepada Allah pada saat engkau dalam keadaan lapang, Allah akan mengenalimu saat engkau dalam kesulitan."

(Al-Hadîts)

Ta'arraf untuk mengatakan berusahalah mencintai dan mendekatkan diri kepada Allah dengan menaati dan mensyukuri nikmat-Nya yang telah disempurnakan. Bersabar menghadapi ketentuan Allah yang pahit dan kembali kepada-Nya sebelum turun bencana dengan kejujuran hati.

Fir Rakhâ' menyebutkan pada saat-saat lapang, aman, bergelimang nikmat, berumur panjang, dan berbadan sehat. Lakukanlah ketaatan dan keluarkan infak sebagai usaha mendekatkan diri kepada Allah, sehingga itu menjadi watak Anda sebagai tanda pengenal di hadapan Allah. *Ya'rifka fisy syiddah,* dengan meringankan beban yang Anda pikul, dengan membukakan jalan keluar dari segala kesempitan, dan dengan memberikan kelegaan dari segala kesedihan yang Anda hadapi. Yakni, berkat perkenalan yang pernah dibuat dengan-Nya.

Perkenalan yang istimewa, di dalam hati seorang hamba, adalah sebuah keharusan antara hamba dengan *Rabb*-nya. Dengan perkenalan itu, ia akan mendapatkan dirinya dekat dengan Allah untuk memohon. Sehingga, merasakan kemesraan dalam kesendiriannya dan mendapatkan kenikmatan dalam berdzikir, berdoa, bermunajat, serta melakukan ketaatan kepada-Nya. Kesulitan dan beban di alam dunia, di alam Barzakh, dan pada masa Penantian akan terhapuskan oleh perkenalan yang istimewa antara dirinya dengan *Rabb*-nya itu.

Memaafkan Kesalahan Teman

Jadilah kamu pemaaf dan suruhlah orang mengerjakan yang ma'ruf serta berpalinglah dari orang-orang yang bodoh. **(QS. Al-A'râf: 199)**

Sangat tidak pantas menjauhi saudara hanya karena satu atau dua kebiasaan buruk yang tidak bisa diterima, sementara selebihnya baik. Dalam konteks ini, satu atau dua kesalahan masih dapat dimaafkan, dan kesempurnaan adalah tingkatan yang sangat sulit dicapai. Al-Kindi, seorang filosof muslim terkenal, pernah mengatakan, "Bagaimana bisa Anda

mengharapkan satu moralitas tertentu dari teman Anda, sementara ia terdiri dari empat tabiat Jiwa saja yang merupakan bagian paling dekat dengan (setiap) manusia dan merupakan pusat kendali untuk memilih dan berkehendak, tidak bisa memberikan kendalinya itu kepada orang yang memilikinya untuk melakukan semua kehendak. Tidak bisa pula meng-iyakan semua yang diharuskannya. Apalagi dengan jiwa orang lain?"

Demikianlah keadaanmu dulu, lalu Allah menganugerahkan nikmat-Nya atas kamu. **(QS. An-Nisâ` : 94)**

Maka, janganlah kamu mengatakan dirimu suci. Dialah yang paling mengetahui tentang orang yang bertakwa. **(QS. An-Najm: 32)**

Cukuplah untuk menerima bagian terbesar dari tabiat saudara Anda. Abud-Darda' r.a. mengatakan, "Mencela teman itu lebih baik daripada harus kehilangan dirinya. Siapa orangnya yang bisa mendapatkan segalanya pada diri saudaranya?" Perkataan Abud-Darda' ini kemudian memberi inspirasi para penyair untuk meramu bait-bait syair dengan makna yang sama. Di antaranya ada Abul 'Atâhiyah:

Saudaraku,

siapa yang bisa mendapatkan segalanya dari saudara kalian, siapa?

Sisakan sedikit dari dirimu

agar engkau tidak bosan kepada yang tak kau beri.

Kemudian ada Abu Tamam ath-Tha'i:

Orang yang punya akal sama tidak akan menipu rekannya,

yakni orang yang memiliki segalanya dari saudaranya.

Seorang bijak bestari pernah berkata, "Adanya tuntutan terhadap keadilan adalah karena jarangnya keadilan."

Yang lain mengatakan, "Kita saja tidak bisa menerima diri kita sendiri, lalu bagaimana bisa kita menerima orang lain."

"Janganlah hanya karena satu aib tersembunyi atau dosa kecil yang sebenarnya bisa ditutupi oleh kebaikannya yang lebih banyak, Anda menjadi jauh dari seseorang yang pernah Anda puji latar belakangnya, yang pernah Anda terima kehidupannya, yang pernah Anda ketahui kemuliaannya, dan yang pernah Anda ketahui kemampuan berpikirnya. Karena Anda tidak akan mendapatkan seorang pun yang sopan tanpa satu aib atau dosa. Coba posisikan diri Anda dalam posisinya, tidakkah Anda terpaksa

harus melihatnya dengan *'ainur ridha* dan tidak menilainya dengan kaca mata hawa nafsu. Ketika Anda menempatkan diri dalam posisinya dan menilainya, maka akan ada sesuatu yang bisa membantu mendapatkan apa yang Anda inginkan. Anda juga dapat mendekatkan diri kepada orang yang melakukan dosa itu."

Seorang penyair mengatakan,

"Siapa orang yang bisa engkau terima semua sikap hidupnya?

Cukuplah seseorang itu dikatakan mulia bila aibnya bisa dihitung."

An-Nabighah adz-Dzubyani mengatakan,

"Tak pernah kautinggalkan orang yang tidak pernah kau cela

karena rambutnya kusut.

Memangnya ada orang bersopan santun dengan sempurna?"

Isi dari syair ini tentu saja tidak bertentangan dengan apa yang saya gambarkan tentang bagaimana seharusnya memilih teman, dan bagaimana seharusnya memilih empat sifat yang ada dalam diri seorang teman. Kekurangannya bisa dimaafkan. Dengan demikian, adanya kekurangan pada diri dia membuat Anda menjauhi dan berburuk sangka kepadanya. Padahal, Anda tidak melihat sendiri dia melakukan pernyimpangan dan kemungkaran itu. Hendaklah semua kekurangan itu dialihkan ke dalam jiwa yang lapang dan hati yang damai. Sebab, orang terkadang lalai untuk memperhatikan jiwanya, bagian paling dekat dengan dirinya itu. Dan, itu bukan berarti memusuhi dan bosan kepadanya. Dikatakan dalam butir-butir hikmah: Jangan rusak hubunganmu dengan seorang teman oleh prasangka buruk, padahal sebelumnya engkau yakin benar akan kebaikannya.

Pesan Ja'far ibn Muhammad kepada anaknya, "Wahai anakku, siapa di antara teman-temanmu yang marah kepadamu sebanyak tiga kali, dan yang dikatakannya adalah kebenaran, maka jadikanlah ia teman."

Al-Hasan ibn Wahab pernah berkata, "Di antara hak-hak mencintai adalah memberi maaf terhadap kesalahan teman, dan menutup mata atas kekurangannya. Itu pun jika ada."

Diriwayatkan dari Ali ibn Abi Thalib r.a. tentang firman Allah:

Maka maafkanlah (mereka) dengan cara yang baik. **(QS. Al-Hijr: 85)**

Menurut Ali, maksud dari ayat di atas adalah ridha dengan tanpa mencela.

Ibn Rumi pernah berkata,

"Mereka adalah manusia dan dunia yang tak mungkin lepas dari kotoran, yang membosankan mata atau mengotori minuman

Tidak adil jika engkau menginginkan orang yang sangat sempurna, sementara engkau sendiri tidak sempurna."

Seorang penyair lain mengatakan,

"Hubungan kita abadi bersama guliran hari-hari

perpisahan kita hanyalah hujan di musim semi.

Hujan itu menakutkanmu,

namun kau lihat sebab-sebabnya akan segera berlalu.

Berlindunglah kepada Allah jika kau jumpai kemarahan,

itu tak lain adalah cumbuan orang yang ditaati

atas orang yang menaati."

Seandainya tidak karena karunia Allah dan rahmat-Nya kepada kamu sekalian, niscaya tidak seorang pun dari kamu bersih (dari perbuatan keji dan mungkar itu) selama-lamanya. **(QS. An-Nûr: 21)**

Kau inginkan orang yang bersih yang tak ada aib di dalamnya, apakah ada kayu yang wangi semerbak tanpa mengeluarkan asap?

Maka janganlah kamu mengatakan dirimu suci. Dialah yang paling mengetahui tentang orang yang bertakwa. **(QS. An-Najm: 32)**

Memanfaatkan Waktu Luang dan Kesehatan untuk Taat Kepada Allah

Anda tidak boleh menyia-nyiakan kesehatan dan waktu luang untuk tidak taat kepada Allah s.w.t. dan hanya bergantung sepenuhnya kepada amalan yang telah lalu. Berusahalah untuk memanfaatkan kesehatan, dan bekerja keraslah untuk mengisi waktu luang. Karena, tidak setiap waktu bisa memberikan yang terbaik, dan setiap yang luput bisa didapatkan kembali. Dalam waktu luang itu ada penyimpangan atau penyesalan, dan dalam kesendirian ada kecenderungan atau keresahan.

Umar ibn Khaththab pernah berkata, "Bagi kaum laki-laki diam itu adalah kelalaian, sedangkan bagi kaum wanita adalah nafsu yang membara."

Bazarjamher mengatakan, "Jika kesibukan itu akan menyebabkan kelelahan, waktu kosong akan menimbulkan pembusukan."

Seorang yang bijak mengatakan, "Jangan menyendiri, sebab itu akan merusak akal dan akan membuat permasalahan yang sudah selesai menjadi ruwet kembali."

Yang lain mengatakan, "Jangan kau biarkan harimu berlalu tanpa manfaat, dan jangan kau tanamkan hartamu pada sesuatu yang tidak produktif. Sebab, umur itu terlalu pendek untuk kau sia-siakan, dan harta itu terlalu sedikit untuk kau simpan dalam hal-hal yang tidak produktif. Terlalu disayangkan bagi orang yang berakal untuk menghabiskan waktunya dalam hal-hal yang tidak bisa dia ambil manfaat dan kebaikannya, dan membelanjakan hartanya untuk hal-hal yang tidak menghasilkan pahala dan ganjaran."

Nabi Isa a.s. pernah berkata, "Kebaikan itu ada tiga: ucapan, penglihatan, dan diam. Barangsiapa yang ucapannya selain dzikir, maka dia telah melakukan sesuatu yang sia-sia. Barangsiapa yang pandangannya tidak untuk mengambil pelajaran, maka sesungguhnya dia telah lupa. Barangsiapa yang diamnya tidak karena berpikir tentang kebenaran, maka dia telah tenggelam dalam ketidakseriusan."

Allah Adalah Pelindung Orang-orang yang Beriman

Setiap hamba itu sangat membutuhkan *Ilah* dan pelindung. Konsekuensinya, dalam diri *Ilah* harus ada kekuatan, pertolongan, hukum, kekayaan, dan keabadian. Sedangkan yang memiliki semua sifat itu adalah Allah Yang Esa, Yang Maha Kuasa, dan Yang Maha Memelihara.

Di alam semesta ini hanya Allah s.w.t. lah tempat bergantung, tempat mendapatkan ketenangan, dan tempat merasakan kenikmatan menghadap-Nya. Dia adalah tempat kembali orang-orang yang takut, tempat berlindung orang-orang yang meminta perlindungan, dan tempat orang-orang yang meminta kedekatan.

(Ingatlah) ketika kamu memohon pertolongan kepada Rabb-mu, lalu diperkenankan-Nya bagimu. **(QS. Al-Anfâl: 9)**

Dia melindungi, tetapi tidak ada yang dapat dilindungi dari (azab)-Nya. **(QS. Al-Mu` minûn: 88)**

Sedang bagi mereka tidak ada seorang pelindung dan pemberi syafaat pun selain daripada Allah. **(QS. Al-An'âm: 51)**

Orang yang menyembah selain Allah, yang mencintai sesembahannya itu, dan yang merasakan kenikmatan cinta dalam kehidupan dunianya, sebenarnya telah dibunuh secara lebih keji daripada sekedar diracun.

Sekiranya ada di langit dan di bumi Rabb-Rabb selain Allah, tentulah keduanya itu telah rusak binasa. **(QS. Al-Anbiyâ` : 22)**

Dan, penjaga langit dan bumi pun harus mengakui Allah sebagai *Ilâh* Yang Haq. Jika ada *Ilah* lain selain Allah, itu berarti bahwa Allah bukan *Ilah* Yang Haq. Sebab, dengan menyandang predikat 'Yang Haq' maka Dia tidak punya setara. Dan, *ilah* selain Allah harus dinafikan karena pengaturan yang ada selama ini hanya dilakukan oleh Allah. Seperti inilah pemahaman dari konsep *ilahiyah*. Sejujurnya harus disadari bahwa setiap hamba itu sangat membutuhkan *ilah*, pelindung, penjamin, dan penolong baginya. Itu menunjukkan adanya hubungan antara yang fana dengan Yang Baka, antara yang lemah dan Yang Kuat, antara yang fakir dan Yang Kaya. Siapa pun, kemudian, yang tidak menjadikan Allah sebagai *Rabb* dan *Ilah*, dan malah menjadikan selain Allah—benda-benda, gambar-gambar, apa saja yang disenangi dan disegani—sebagai *Rabb* dan *Ilah,* maka ia telah menjadi hambanya. Dan, itu pasti:

Terangkanlah kepadaku tentang orang yang menjadikan hawa nafsunya sebagai Rabb-nya. **(QS. Al-Furqân: 43)**

Dan, mereka telah mengambil sembahan-sembahan selain Allah.
(QS. Maryam: 81)

Dalam sebuah hadits disebutkan: *"Wahai Hushain, berapa (*Rabb*) yang engkau sembah?"* Hushain menjawab, "Saya menyembah tujuh (*Rabb*): enam di bumi dan yang satu di langit. Rasulullah bertanya lagi, *"Siapa yang engkau sukai dan engkau segani?"* Jawab Hushain, "Yang di langit." Rasulullah pun bersabda, *"Tinggalkan yang di bumi, dan sembahlah yang di langit."*

Wujud kebutuhan seorang hamba kepada Allah, adalah dengan menyembah Allah, dan tidak menyekutukan-Nya dengan sesuatu. Perbandingannya—meski sebenarnya lebih tepat untuk mengatakan: kemiripannya— adalah kebutuhan tubuh terhadap makanan dan minuman.

Nilai seorang hamba adalah ruh dan hatinya. Tentu saja ukuran dari nilai itu adalah penuhanannya terhadap Allah, yang tidak ada *ilah* lain se-

lain Dia. Baik hati maupun ruh tidak akan merasa tenang di alam dunia ini, kecuali dengan berdzikir kepada-Nya. Jika ruh maupun hati telah bekerja dengan sungguh-sungguh untuk menemui *Rabb*-nya, pastilah ia akan menemui-Nya. Karena apa pun juga akan baik ketika bisa bertemu dengan-Nya.

Kepada yang senang berjumpa dengan Allah,

Allah akan lebih mencintainya

Sebaliknya, yang tidak suka bertemu Allah

hendaknya memohon karunia,

dan jangan hanya menggantungkan dirinya kepada-Nya.

Kalau pun kepada selain Allah, hamba itu bisa mendapatkan kenikmatan dan kegembiraan, maka sesungguhnya yang seperti itu tidak abadi, kenikmatan yang berpindah saja dari satu ke yang lain. Pada suatu waktu ia merasakan kenikmatan dengan yang ini, tapi di lain kali sesuatu yang sama tidak memberinya kenikmatan yang sama seperti sebelumnya, bahkan mencelakakannya.

Dengan mengakui sebagai *Ilah*-nya, maka ia harus selalu berhubungan dengan *Ilah*nya itu kapanpun dan di manapun.

Kuharap ridha-Mu, walaupun semua manusia marah padaku,

jika kau ridha itulah puncak harapanku.

Dalam sebuah hadits disebutkan: *"Barangsiapa membuat Allah ridha namun orang-orang tidak menerima, maka Allah akan ridha kepadanya dan akan menjadikan orang-orang itu ridha kepadanya. Dan, barangsiapa membuat Allah tidak menerima namun orang-orang ridha kepadanya, maka Allah akan tidak menerimanya dan membuat orang-orang itu tidak menerimanya."*

Saya ingat kisah Al-'Akawwak, seorang penyair yang memuji penguasa Abu Dalf,

Engkau tidak mengulurkan tangan dengan kebaikan,

kecuali menetapkan rezeki dan kematian.

Karena bait syair ini, maka Allah pun mengutus al-Makmun yang kemudian membunuhnya.

Dan, demikianlah Kami jadikan sebagian orang-orang yang zalim itu menjadi teman bagi sebahagian yang lain disebabkan apa yang mereka usahakan. **(QS. Al-An'âm: 129)**

Petunjuk Itu Ada di Jalan Mereka yang Mencarinya

Kebahagiaan dan keberhasilan itu memiliki tanda-tanda yang bisa ditangkap dan isyarat-isyarat yang tampak. Tanda-tanda dan isyarat-isyarat itu adalah saksi peningkatan tahapan yang bisa dicapai.

Di antara tanda-tanda kebahagiaan dan keberhasilan itu adalah bahwa semakin ilmu seorang hamba bertambah, maka akan bertambah pula kerendahan hatinya dan rasa belas kasihnya. Seperti mutiara yang mahal, semakin dalam tempatnya di dasar laut, maka semakin tinggi harganya. Dan, orang yang bijaksana akan menyadari bahwa ilmu itu adalah anugerah, yang dengannya Allah mengujinya. Jika ia mensyukuri dan menerimanya dengan baik, maka Allah akan mengangkat derajatnya.

Allah akan meninggikan orang-orang yang beriman di antara kamu dan orang-orang yang diberi ilmu pengetahuan beberapa derajat.
(QS. Al-Mujâdilah: 11)

Semakin orang itu bertambah amal perbuatannya, maka akan semakin bertambah pula kehati-hatian dan rasa takutnya kepada Allah s.w.t. Dia akan semakin berhati-hati agar kakinya tidak tergelincir, lisannya tidak kelepasan omongan, dan hatinya tidak berbalik. Dia selalu bercermin dan mewanti-wanti dirinya. Bak seekor burung yang sangat hati-hati, setiap kali hinggap di satu dahan, maka dia akan secepatnya terbang dan hinggap di dahan yang lain. Dia takut terhadap bidikan peluru si pemburu. Semakin bertambah usia seorang hamba, maka semakin berkurang ketamakannya. Karena dia menyadari bahwa dirinya semakin mendekati akhir perjalanan, telah banyak tahapan kehidupan ini yang dilaluinya, dan sudah mendekati sebuah keyakinan yang pasti terjadi: kematian. Semakin bertambah hartanya, maka semakin ia menjadi lebih dermawan dan semakin banyak memberi. Sebab harta hanyalah barang titipan, sementara yang memberi harta itu adalah si Penguji. Kemungkinan-kemungkinan untuk membelanjakan harta itu adalah kesempatan untuk mendapatkan tambahan nilai dari si Penguji, dan kapan pun kematian selalu mengintai. Semakin meningkat status dan kehormatannya dalam masyarakat, maka semakin dekat ia dengan

masyarakat, semakin mudah memberi, dan semakin rendah hati. Seluruh hamba itu adalah makhluk Allah, dan yang paling dicintai-Nya adalah yang paling banyak memberikan manfaat kepada sesama.

Sedangkan tanda-tanda kesengsaraan adalah semakin bertambah ilmu seseorang, maka ia semakin sombong dan angkuh dalam tindak tanduk. Ilmunya tidak bermanfaat, hatinya kosong, wataknya berangasan, dan tabiatnya kasar. Semakin bertambah amal perbuatannya, maka semakin tinggi kesombongannya, semakin kecil nilai orang-orang di sekitarnya, dan semakin baik prasangkanya terhadap dirinya sendiri. Ia merasa bahwa hanya dirinyalah yang selamat, dan yang lainnya akan binasa. Dia merasa bahwa dirinya akan mendapatkan semua keberhasilan, sedangkan yang lain akan berjalan di bibir kehancuran. Semakin bertambah usianya, semakin bertambah sifat rakusnya. Dia terus menumpuk harta, tanpa harus mengeluarkannya. Berbagai bencana, musibah, dan malapetaka tidak pernah menyentuh hati dan menyadarkannya. Semakin bertambah harta, semakin bertambah pula kekikirannya. Tak ada nilai-nilai yang bisa dibanggakan di dalam hatinya. Tak ada bekas-bekas pengorbanan di telapak tangannya. Dan, tak nampak guratan-guratan akhlak mulia di wajahnya. Semakin tinggi status dan kedudukannya di masyarakat, maka semakin tinggi pula kesombongannya. Dia tertipu dan terpedaya. Obsesinya tinggi, semburan nafasnya kuat, dan kepakan sayapnya keras, namun pada akhirnya tak ada yang diraihnya. Rasulullah pernah bersabda, *"Kelak pada hari Kiamat, orang-orang yang sombong akan dihimpunkan dalam barisan semut-semut kecil yang diinjak-injak oleh kaki manusia."* Semua ini adalah cobaan dan ujian dari Allah bagi hamba-hamba-Nya. Ada yang dengan ujian ini menjadi bahagia, namun ada pula yang dengan ujian ini menjadi sengsara.

Kehormatan Adalah Cobaan

Kehormatan adalah ujian dan cobaan, seperti halnya kerajaan, kekuasaan, dan harta benda. Allah berfirman tentang nabi-Nya, Sulaiman, yang saat itu terkagum-kagum melihat singgasana Bilqis,

> *Ini termasuk karunia Rabb-ku untuk mencoba aku apakah aku bersyukur atau mengingkari akan (nikmat-Nya).* **(QS. An-Naml: 40)**

Allah memberikan nikmat-Nya kepada umat manusia agar Dia bisa melihat siapa yang menerimanya dengan baik, lalu mensyukuri, menjaga,

mengembangkan, serta mengambil dan memberi manfaat darinya. Dan, ingin pula melihat siapa yang meremehkan, menyia-nyiakan, kufur, mempergunakannya untuk memerangi Dzat Yang memberinya, dan menjadikannya senjata untuk melawan Dzat Yang telah mengaruniakan nikmat itu.

Nikmat-nikmat itu adalah cobaan dan ujian dari Allah. Nikmat-nikmat itu adalah tolok ukur, sejauh mana orang-orang yang bersyukur mensyukurinya dan sejauh mana pula orang-orang yang kufur mengingkarinya. Allah mencoba dengan nikmat seperti halnya mencoba dengan bencana. Allah berfirman,

> *Adapun manusia, apabila Rabb-nya menguji lalu dimuliakan-Nya dan diberi-Nya kesenangan, maka dia berkata: "Rabb-ku telah memuliakanku." Adapun bila Rabb-nya menguji lalu membatasi rezekinya, maka dia berkata: "Rabb-ku menghinakanku." Sekali-kali tidak demikian....*
>
> **(QS. Al-Fajr: 15-17)**

Lebih jelasnya simaklah ayat berikut ini: *"Tidaklah setiap orang yang Aku lapangkan dan Aku muliakan serta Aku beri nikmat, itu berarti pemuliaan-Ku untuknya. Namun, tidak pula orang yang Aku sempitkan hartanya dan aku coba dia berarti penghinaan-Ku kepadanya."*

Harta Simpanan yang Abadi

Karunia dan nikmat Allah yang banyak adalah harta simpanan yang abadi bagi pemiliknya. Hanya itulah yang akan mengiringi mereka menuju tempat tinggal abadi, yakni keislaman; keimanan; *ihsan;* amalan yang baik; ketakwaan; jihad; taubat; dan *inabah.*

> *Bukanlah menghadapkan wajahmu ke arah timur dan barat itu suatu kebajikan, akan tetapi sesungguhnya kebajikan itu ialah beriman kepada Allah, hari kemudian, malaikat-malaikat, kitab-kitab, nabi-nabi dan memberikan harta yang dicintainya kepada kerabatnya, anak-anak yatim, orang-orang miskin, musafir (yang memerlukan pertolongan) dan orang-orang yang meminta-minta, (memerdekakan) hamba sahaya, mendirikan shalat, dan menunaikan zakat, orang-orang yang menepati janjinya apabila ia berjanji, dan orang-orang yang sabar dalam kesempitan, penderitaan, serta dalam peperangan.*

Mereka itulah orang-orang yang benar (imannya), dan mereka itulah orang-orang yang bertakwa. **(QS. Al-Baqarah: 177)**

Semangat yang Menembus Langit

Jika seorang hamba dikaruniai semangat besar, maka dia akan berjalan di atas jalan keutamaan, dan akan menaiki tangga derajat yang tinggi. Dan, itu salah satu ciri Islam.

Semangat adalah pusat penggerak, yang membentuk kepribadian, dan yang mengawasi organ-organ tubuh. Semangat merupakan bahan bakar jiwa dan kekuatan yang berkobar-kobar, yang akan menggerakkan pemiliknya untuk melompat cukup tinggi, dan memburu nilai-nilai kemuliaan. Semangat yang besar akan mendatangkan—dengan izin Allah—kebaikan yang tak terhingga. Karena dengan begitu Anda bisa naik pada tangga kesempurnaan, urat nadi Anda teraliri darah kesatria, dan anda terdorong ke wilayah ilmu dan amal. Semua orang melihat Anda berdiri di semua pintu kemuliaan, dan tangan Anda selalu terulur untuk hal-hal penting. Anda selalu terlibat dalam perburuan bersama mereka yang juga memburu nilai-nilai keutamaan, tidak pernah puas dengan tingkatan yang rendah, tidak pernah berhenti meski telah sampai batas, dan tidak pernah puas dengan yang sedikit.

Dengan menghiasi diri semangat yang besar, maka semua cita-cita dan perbuatan-perbuatan yang tidak berharga akan tersingkirkan dengan sendirinya. Dengannya pula, pohon yang menghasilkan kehinaan dan kerendahan akan tercabut dengan sendirinya. Seorang yang memiliki semangat besar dan jiwa tegar, tidak pernah gentar menghadapi keadaan yang bagaimanapun. Sedangkan orang yang kehilangan semangat akan mudah gentar, dan dengan argumentasi yang lemah saja mulutnya sudah terkunci.

Tapi jangan salah, jangan mencampuradukkan antara semangat yang besar dengan kesombongan. Keduanya tidak sama, seperti langit yang mengandung hujan dan bumi yang mempunyai tumbuh-tumbuhan. Semangat yang besar adalah mahkota di dalam hati seorang yang merdeka. Dia selalu berusaha untuk mencapai kesucian dan menjadi lebih baik. Dengan semangat yang besar orang akan menyesali setiap kesempatan yang hilang untuk berbuat baik. Dia selalu rindu dan haus untuk bisa mencapai tujuan dan target.

Semangat yang menyala-nyala adalah hiasan para pewaris nabi. Sedangkan kesombongan adalah virus yang menjangkiti para tiran yang keji.

Dengan semangat besar, orang akan terdorong ke derajat yang lebih tinggi. Sedangkan kesombongan akan menjatuhkannya ke jurang kehinaan. Wahai penuntut ilmu, tanamkan semangat besar itu di dalam diri Anda, dan jangan berpaling darinya. Islam telah mengisyaratkannya dalam masalah-masalah *fiqhiyyah* yang sering Anda temukan dalam hidup sehari-hari. Yaitu, *fiqiyyah* yang mengingatkan agar Anda memanfaatkannya dengan sebaik-baiknya. Misalnya, *tayammum* itu dibolehkan bagi seseorang yang sedang kesulitan mendapatkan air dan tidak diharuskan membeli air untuk wudhu. Sebenarnya kasus seperti itu harus dipahami sebagai anugerah yang bisa didapatkan dari semangat yang menyala-nyala. Dan, masih banyak lagi contoh-contoh lain dengan pola yang sama.

Semangat itu laksana matahari yang mengatakan cintanya,

dan purnama yang mengukirkan huruf-huruf dalam cahayanya.

Sungguh, Allah sangat memperhatikan semangat. Hunuslah pedang semangat itu untuk menebas pedihnya kehidupan.

Adalah kesungguhan hingga mata yang satu melampaui yang lain,

dan hari yang satu menjadi pemimpin hari yang lain.

Membaca Pikiran

Membaca dan mempelajari kebijaksanaan berpikir orang yang pandai adalah kegiatan yang menggembirakan hati. Kegiatan seperti itu adalah kenikmatan tersendiri yang bisa dinikmati oleh mereka yang mampu membaca pikiran bijaksana orang-orang pandai. Contoh yang paling nyata adalah Rasulullah. Namun, Beliau bukan bandingan untuk disejajarkan dengan mereka, karena Rasulullah ditopang oleh kekuatan wahyu, dikuatkan oleh mukjizat, dan diutus untuk menjelaskan ayat-ayat Allah. Tiga hal inilah yang menempatkannya di atas kecerdikan dan kepekaan rasa para cerdik cendekia dan sastrawan sekaligus.

"Dan, apabila aku sakit, Dia lah yang menyembuhkan aku."

Abqaraat pernah mengatakan, "Mengurangi bahaya jauh lebih baik daripada memperbanyak manfaat."

Dalam kesempatan lain dia mengatakan, "Jagalah kesehatanmu dengan meninggalkan rasa malas karena capek, dan dengan tidak memenuhi lambung dengan makanan dan air."

Seorang yang bijak mengatakan, "Barangsiapa ingin sehat, maka hendaknya ia memperbaiki menu makannya, makan dalam keadaan bersih, minum saat sudah betul-betul haus, mengurangi kebiasaan banyak minum, merebahkan badan setelah makan siang, berjalan-jalan setelah makan malam, tidak tidur hingga membuang hajat terlebih dahulu, jangan mandi setelah makan, dan berhubungan badan sekali di musim panas lebih baik daripada sepuluh kali di musim dingin."

Al-Harits mengatakan, "Barangsiapa ingin awet muda (maksudnya, bukan tidak pernah mati) ia harus menyegerakan makan siang, menyegerakan makan malam, menipiskan selimut, dan mengurangi hubungan badan dengan istri."

Plato mengatakan, "Ada lima hal yang dapat melemahkan tubuh, bahkan bisa-bisa membunuhnya: jatuh miskin, berpisah dengan orang-orang yang dicintai, terlalu banyak minum yang asam, menolak nasehat, dan bersama-sama orang-orang yang bodoh menertawakan orang-orang yang pandai."

Nasehat Abaqaraat: "Setiap yang berlebihan itu bertentangan dengan tabiat jiwa."

Galenos pernah ditanya: "Mengapa Anda tidak pernah sakit?"

Dia menjawab, "Sebab saya tidak pernah mencampurkan antara dua makanan yang tidak baik, tidak memasukkan makanan ke dalam makanan yang lain, dan tidak menyimpan makanan yang akan melukai di dalam pencernaan."

Ada empat hal yang akan membuat badan sakit, yaitu: terlalu banyak bicara, terlalu banyak tidur, terlalu banyak makan, dan terlalu banyak melakukan hubungan badan. Terlalu banyak bicara membuat kemampuan otak menurun, membuatnya lemah, dan mempercepat tumbuhnya uban. Terlalu banyak tidur akan membuat wajah menjadi pucat, hati menjadi buta, mata menjadi jelalatan, malas bekerja, cenderung berperilaku kasar,

serta penyakit-penyakit lain yang sulit dicari obatnya. Terlalu banyak melakukan hubungan badan akan membuat badan menjadi lemah, membuat kekuatan menurun, menurunkan kebugaran tubuh, membuat otot mengendur, dan menimbulkan banyak dampak membahayakan ke seluruh tubuh. Dampaknya terhadap otak adalah daya ingat menurun karena otak dibuat terlalu letih, dan kemampuannya untuk menurunkan kemampuan tubuh lebih besar dibandingkan dengan kegiatan-kegiatan lainnya.

Ada empat hal yang merusak tubuh, antara lain: cemas, sedih berkepanjangan, lapar, dan kurang tidur malam.

Ada empat hal yang memberikan kesenangan ke dalam hati, yaitu: melihat yang hijau-hijau, melihat air yang mengalir, melihat kekasih, dan melihat buah-buahan.

Kami lihat wajah-wajah itu sepintas membuat jiwa berbinar,

karena keindahan yang kami lihat.

Empat hal yang bisa membuat pandangan mata menjadi gelap antara lain: berjalan tanpa alas, bersedih di pagi buta dan sore hari menjelang tidur, terlalu sering menangis, dan terlalu banyak membaca tulisan-tulisan yang sangat kecil.

Empat hal yang membuat badan menjadi kuat antara lain: mengenakan pakaian yang lembut, mandi dengan air hangat, makan makanan yang manis dan berlemak, dan mencium wewangian.

Empat hal yang menghilangkan kesegaran dan keceriaan wajah antara lain: berbohong, tak tahu malu, terlalu banyak bertanya yang tanpa dasar, dan banyak melakukan maksiat.

Empat hal yang membuat wajah semakin segar antara lain: menjaga harga diri, menepati janji, dermawan, dan takwa.

Empat hal yang mendatangkan kemarahan dan kebencian antara lain: takabur, dengki, bohong, dan suka mengadu.

Empat hal yang bisa mendatangkan rezeki antara lain: bangun malam untuk shalat, banyak beristighfar menjelang fajar, membiasakan memberi, dan membiasakan diri berdzikir di sore hari.

Kutanyakan pada malam adakah rahasia dalam dadamu,

wahai yang menyembunyikan rahasia dan kabar?

Dia menjawab, ya, takkan kubocorkan rahasia sepanjang hayatku.

Kecuali kepada mereka yang datang menjelang fajar.

Empat hal yang akan mencegah datangnya rezeki antara lain: tidur di pagi hari, jarang shalat, malas, dan suka berkhianat.

Empat hal yang akan membahayakan pemahaman dan kemampuan otak antara lain: ketagihan makanan yang masam dan buah-buahan, tidur terlentang, resah, dan gundah.

Empat hal yang akan menambah daya pemahaman antara lain: hati yang bersih, tidak menjejalkan makanan dan minuman ke dalam tubuh secara berlebihan, mengatur menu makanan yang baik dengan menambahkan makanan yang manis dan mengandung lemak, membuang semua endapan makanan yang memberatkan badan.

Berhati-hatilah

Orang yang teguh hatinya dan menjalani kehidupan ini dengan pasti tidak akan bertindak sembrono. Ia akan selalu mengambil sikap melihat dan menimbang sebelum berbuat, agar tidak menyesal di kemudian hari. Jika hasil yang dicapai sesuai dengan keinginannya, maka ia memuji Allah dan berterima kasih kepada-Nya karena ia bisa mengeluarkan keputusan yang tepat. Dan, jika yang terjadi ternyata tidak seperti yang dikehendaki maka dia akan mengatakan, "Allah telah menakdirkan demikian, dan apa yang Allah kehendaki akan Dia lakukan," dengan hati yang menerima dan tidak bersedih.

Telitilah!

Orang yang berpendirian kuat dan akurat dalam mengambil keputusan adalah orang yang tidak terburu-buru memberikan keputusan pada saat banyak mendengar berita yang simpang siur. Sebab mengambil keputusan secara terburu-buru di saat banyaknya berita simpang siur, masalah akan menjadi semakin ruwet. Ia terlebih dulu menyeleksi berita-berita itu, mengeceknya kembali, mencari tahu mengapa berita itu muncul dan sampai kepadanya, dan kemudian berkonsultasi dengan orang-orang yang ahli. Tentu saja pendapat yang matang lebih baik daripada pendapat yang cepat tapi terburu-buru. Dikatakan, jika Anda salah memberi keputusan dengan akibat si terdakwa bebas, akan lebih baik daripada salah memberi keputusan dengan akibat ia dijatuhi hukuman.

Wahai orang-orang yang beriman, jika datang kepadamu orang fasik membawa suatu berita, maka periksalah dengan teliti agar kamu tidak menimpakan musibah kepada suatu kaum tanpa mengetahui keadaannya yang menyebabkan kamu menyesal atas perbuatan itu. **(QS. Al-Hujurât: 6)**

Bulatkan Tekad Terlebih Dulu, Lalu Majulah!

Semua yang saya tuliskan di buku ini baik berupa ayat-ayat al-Qur'an, bait-bait syair, *atsar* atau *'ibrah*, kisah-kisah, maupun hikmah, tidak lain adalah mengajak untuk memulai sebuah hidup baru yang penuh dengan harapan, demi mendapatkan akibat yang baik dan hasil memuaskan. Dan, Anda bisa memetik faedah dari hidup seperti itu berupa semangat yang tinggi dan tekad yang bulat untuk keluar dari semua keresahan, kesuntukan, dan kesedihan yang merundung diri Anda.

Ada sebuah pertanyaan yang dilontarkan kepada seorang ulama: "Apa yang harus dilakukan bila seorang hamba ingin bertaubat?"

Jawabnya, "Dia harus punya cambuk tekad." Semangat seperti itulah yang hanya Allah berikan kepada *ulul 'azmi* sehingga mereka berbeda dengan orang kebanyakan.

Maka sabarlah kamu sebagaimana orang-orang yang mempunyai keteguhan hati dari Rasul-rasul. **(QS. Al-Ahqâf: 35)**

Adam tidak masuk dalam golongan *ulul 'azmi* karena,

Maka, ia lupa (akan perintah itu) dan tidak Kami dapati padanya kemauan yang kuat. **(QS. Thâhâ: 115)**

Demikian juga dengan anaknya. Ini adalah perilaku yang dapat kita ketahui pada Akhzam. Orang yang meniru perilaku ayahnya, maka tidak bisa dipersalahkan, tapi tidak boleh mencontohnya dalam melakukan dosa dan kemudian tidak mau bertaubat. *Wallâhul musta'ân.*

Kehidupan Kita Bukan Hanya di Dunia Saja

Kebahagiaan di akhirat sangat tergantung pada kebahagiaan di dunia. Oleh karena itu, orang yang punya nalar harus tahu bahwa kehidupan dunia ini masih berhubungan dengan kehidupan di akhirat kelak. Yang gaib

dan yang tampak, dunia dan akhirat, kini dan esok, itu sebenarnya satu. Ada yang mengira bahwa kehidupannya hanyalah kehidupan di dunia. Ia mengira tak ada kehidupan akhirat. Sebab itu, dia menimbun harta sebanyak-banyaknya. Dia mencari keabadian, dan hatinya sudah melekat dengan kehidupan yang fana ini. Tapi tiba-tiba ia mati, semua obsesi, angan-angan, dan cita-citanya hanya menumpuk di dalam dada.

Setiap pagi dan sore, kita pergi untuk kebutuhan kita,

padahal kebutuhan orang hidup tidak pernah ada habisnya.

Kebutuhan manusia itu akan mati bersamanya,

dan masih ada kebutuhan lain yang belum terlaksana.

Berulangnya pagi dan berlalunya sore

menghantarkan yang kecil menjadi tua

dan yang tua ke ketiadaan.

Jika malam telah beranjak tua,

akan segera datang hari muda menggantikannya.

Saya tak habis pikir terhadap saya sendiri dan orang-orang yang berada di lingkungan saya. Mereka selalu berangan muluk-muluk, berlama-lama dalam mimpi, berobsesi terlalu tinggi, berkeinginan untuk hidup abadi, dan terus mencari. Tapi tiba-tiba satu di antara kita pergi menghadap-Nya tanpa terlebih dulu diajak bermusyawarah, tanpa diberi kabar, dan tanpa pernah diberikan pilihan.

Dan, tiada seorang pun yang dapat mengetahui (dengan pasti) apa yang akan diusahakannya besok. Dan tidak seorang pun yang dapat mengetahui di bumi, maka dia akan mati. **(QS. Luqmân: 34)**

Ada tiga pertanyaan tentang hakikat. Pertama, kapan Anda memperkirakan akan mendapatkan ketenangan dan ketenteraman, jika Anda belum ridha dengan *Rabb*, dengan hukum-hukum, perbuatan-perbuatan, *qadha'* dan *qadar*-Nya? Ketenangan dan kenteteraman hidup juga sulit didapatkan jika Anda belum ridha dengan rezeki dan karunia yang Allah berikan kepada Anda.

Kedua, apakah Anda telah mensyukuri semua nikmat, karunia, dan berbagai kebaikan yang diberikan, sehingga kini Anda menuntut dan meminta yang lain? Orang yang tidak mampu mensyukuri yang sedikit saja, maka dia akan lebih tidak mampu untuk mensyukuri yang lebih banyak.

Ketiga, mengapa kita tidak mengambil faedah dari yang telah Allah karuniakan kepada kita, agar kita bisa mengembangkan, mengefektifkan, membersihkannya dari semua kekejian dan kotoran, dan selanjutnya kita dapat memberi manfaat, kontribusi, dan pengaruh dalam kehidupan ini?

Sifat-sifat terpuji dan karunia-karunia yang agung, sebenarnya ada di dalam akal dan jasad kita. Namun, oleh sebagian kita, hal itu dilihat seperti barang tambang mahal yang terkubur di dalam tanah, di dalam perut bumi yang hingga kini belum ditemukan orang yang bisa menambangnya, untuk kemudian dicuci dan dibersihkan agar menjadi cemerlang, berkilau, dan jelas di mana pun ditempatkan.

Mundur dari Tantangan Adalah Solusi Sementara yang Akan Menyiratkan Jalan Keluar

Saya pernah membaca buku *al-Mutawârîn* yang ditulis oleh Abdul Ghani al-Azadi. Buku itu sangat menarik, karena berbicara tentang orang-orang yang melarikan diri lantaran takut kepada al-Hajjaj ibn Yusuf ats-Tsaqafi. Dari buku itu akhirnya saya menyadari bahwa dalam hidup ini masih ada ruang untuk bernafas, bahwa dalam keburukan itu masih ada pilihan yang bisa ditawarkan, dan bahwa dalam sesuatu yang tidak disukai itu terkadang ada keleluasaan untuk berbuat.

Saya ingat pada dua bait syair yang ditulis oleh al-Abyuradi tentang pelariannya.

Aku sembunyi dari zaman di bawah bayangan sayapnya,

kedua mataku melihatnya tapi dia tidak melihatku.

Jika kau tanyakan pada hari-hari tentang diriku,

dia tidak tahu di mana tempatku,

dan kau juga tidak tahu di mana tempatku.

Abu 'Amru ibn al-'Ala` menceritakan tentang tekanan yang dihadapinya pada saat mendapatkan ujian, "Al-Hajjaj telah mengancam diri saya, dan saya pun melarikan diri ke Yaman. Kemudian saya masuk ke sebuah rumah di Shan'a. Pada malam hari saya naik ke atas atap rumah, dan pada siang harinya saya kembali bersembunyi di dalam rumah itu. Pada suatu pagi, ketika saya sedang berada di atas atap rumah itu tiba-tiba terdengar seseorang mendendangkan sebuah bait puisi:

Mungkin jiwa-jiwa itu takut terhadap sesuatu,

padahal dalam sesuatu itu terdapat jalan keluar

seperti ikatan tali yang lepas.

Ketika orang itu mengatakan, 'jalan keluar', saya merasakan adanya secercah harapan, dan senang sekali. Dan, ketika ada orang lain mengatakan, 'al-Hajjaj mati', saya menjadi bingung saking gembiranya: apakah karena perkataan orang tentang adanya 'jalan keluar' itu, atau karena berita yang dibawa orang lain bahwa 'al-Hajjaj mati'."

Tapi bagaimanapun Keputusan tunggal itu berada di tangan *Rabb* yang memiliki semua kerajaan langit dan bumi.

Setiap waktu Dia dalam kesibukan. **(QS. Ar-Rahmân: 29)**

Al-Hasan al-Bashri juga menyembunyikan diri dari kekejaman al-Hajjaj. Pada suatu saat ia mendengar kabar tentang kematiannya, maka dia pun bersujud sebagai ungkapan syukur kepada Allah.

Maha Suci Allah yang telah membeda-bedakan antara makhluk-makhluk-Nya. Sebagian di antara mereka ada yang mati, lalu orang-orang di sekitarnya pun bersyukur karena gembira atas kematiannya.

Maka, langit dan bumi tidak menangisi mereka, dan mereka pun tidak diberi tangguh (waktu untuk menunda). **(QS. Ad-Dukhân: 29)**

Tapi ketika ada yang lain meninggal, maka semua rumah penduduk berubah menjadi rumah duka. Mereka meneteskan air mata, dan hati mereka seakan teriris ke bagian yang paling dalam.

Ibrahim an-Nakha'i juga bersembunyi dari al-Hajjaj. Ketika kemudian ia mendengar kabar tentang kematiannya, ia pun menangis kegirangan.

Kegembiraan demikian meluap dalam diriku

hingga kegembiraanku itu membuatku menangis.

Sebenarnya, ada tempat-tempat yang aman di sisi Rabb Yang Maha Penyayang bagi orang-orang yang dilanda rasa takut seperti itu. Allah mendengar dan melihat semuanya: orang-orang yang zalim dan orang-orang yang dizalimi, orang-orang yang menang dan orang-orang yang dikalahkan.

Dan, Kami jadikan sebagian kamu cobaan bagi sebagian yang lain. Maukah kamu bersabar? Dan adalah Rabb-mu Yang Maha Melihat.

(QS. Al-Furqân: 20)

Hal ini mengingatkan saya pada seekor burung yang dikenal dengan nama Hummarah yang datang mengepak-ngepakkan sayapnya di atas kepala Rasulullah. Saat itu, Rasulullah sedang duduk bersama para sahabat di bawah sebuah pohon. Burung itu seakan-akan dengan bahasanya mengadukan tentang seorang laki-laki yang mengambil anak-anaknya dari sarangnya. Maka, Rasulullah pun bersabda: "Siapa yang menyakiti burung ini dengan mengambil anak-anaknya? Kembalikan anak-anaknya kepadanya."

Hal serupa juga dikatakan oleh seorang penyair,

"Seekor merpati datang kepadamu menanggung rindu,

melapor kepadamu dengan hati pilu.

Siapa yang mengabarkan kepada pohon Warqa'

bahwa tempatmu terlarang?

Dan, siapa yang mengabarkan

bahwa engkau tempat berlindung untuk orang takut?"

Said ibn Jubair pernah berkata: "Demi Allah, saya telah melarikan diri dari al-Hajjaj, hingga saya merasa malu kepada Allah Yang Maha Tinggi." Setelah itu dia dibawa menemui al-Hajjaj. Tatkala pedang terhunus itu telah di atas kepala al-Hajjaj, Said ibn Jubair tersenyum. Al-Hajjaj pun bertanya, "Mengapa engkau tersenyum?"

Said menjawab, "Saya heran dengan kekurangajaranmu kepada Allah, dan kesabaran Allah atas dirimu."

Sungguh sebuah jiwa besar, yang demikian yakin dengan semua janji Allah, dan demikian tenang untuk menuju tempat kembali yang indah dan baik. Dan, memang demikianlah seharusnya iman itu.

Anda Sedang Berhubungan Dengan Yang Maha Pengasih

Di bawah ini ada sebuah hadits, yang menghenyakkan perhatian saya. Dan, bisa jadi juga perhatian Anda. Hadits dimaksud diriwayatkan oleh Ahmad, Abu Ya'la, al-Bazzar, dan ath-Thabrani, tentang seorang yang sudah tua, bertelekan pada sebatang tongkat, datang kepada Rasulullah. Orang tua itu kemudian berkata, "Wahai Nabi Allah, sesungguhnya saya telah melakukan banyak perbuatan keji dan mungkar, apakah saya masih bisa mendapatkan ampunan?"

Rasulullah balik bertanya, *"(Apakah) engkau bersaksi bahwa tidak ada* Rabb *selain Allah dan Muhammad utusan Allah?"*

Orang itu menjawab, "Ya, wahai Rasulullah."

Rasulullah bersabda, *"Sesungguhnya Allah telah mengampuni semua perbuatan keji dan mungkar yang engkau lakukan."*

Orang itu pun pergi dengan mengatakan, *"Allahu akbar, Allahu akbar."*

Ada beberapa poin yang dapat saya tangkap dari hadits di atas. Di antaranya adalah: bahwa rahmat Yang Maha Pengasih itu sangat luas; bahwa dengan menerima Islam, maka semua kesalahan yang dilakukan sebelum Islam akan terhapuskan; bahwa kejujuran dalam bertaubat itu menghapuskan dosa yang pernah dilakukan sebelumnya; bahwa tumpukan dosa yang menggunung itu jika dibandingkan dengan ampunan Dzat Yang Maha Tahu semua yang gaib tidak berarti apa-apa; dan bahwa Anda harus senantiasa berbaik sangka kepada *Rabb*, mengharapkan kemurahan-Nya yang terus mengalir, dan rahmat-Nya yang luas.

Tanda-tanda yang Menyeru untuk Selalu Optimistis

Dalam buku *Husnuzh Zhanni billâh* yang ditulis oleh Ibn Abi Dunya disebutkan ada 151 teks, baik berupa ayat maupun hadits, yang semuanya menyeru untuk selalu optimistis, menjauhi putus asa, berusaha sebaik-baiknya untuk berbaik sangka kepada Allah dan bekerja. Dari teks-teks tersebut Anda akan mendapatkan kenyataan bahwa teks-teks tentang janji untuk membalas perbuatan yang baik, jauh lebih besar jumlahnya daripada teks-teks tentang ancaman karena melakukan dosa. Dalil-dalil yang menjanjikan rahmat, jauh lebih banyak dari dalil-dalil tentang sanksi. Dan, harus dipahami bahwa ada hal-hal tersembunyi di balik Allah telah menentukan kadar tertentu bagi setiap sesuatu.

Kehidupan Itu Seluruhnya Susah Payah

Jangan bersedih dengan keruwetan hidup, sebab memang demikianlah kehidupan itu diciptakan. Pada dasarnya kehidupan ini adalah susah payah dan bercapek-capek. Kegembiraan yang ada di dalamnya adalah sesuatu yang insidental, dan suka cita juga merupakan sesuatu yang sangat jarang

terjadi. Anda merasakan manisnya hidup di dunia ini, namun Allah tidak ridha untuk menjadikannya sebagai tempat tinggal bagi wali-wali-Nya.

Seandainya dunia ini bukan tempat ujian, pastilah di dalamnya tidak ada sakit dan keruwetan hidup. Dan, para nabi serta orang-orang terpilih tidak akan tertekan dalam kehidupan yang sengsara: Nabi Adam terus didera ujian selama hidupnya hingga meninggal; Nabi Nuh didustakan dan diejek oleh kaumnya. Ibrahim diuji dengan api dan dengan perintah menyembelih anaknya; Nabi Ya'qub menangis hingga matanya buta; Nabi Musa harus menghadapi kekejaman Fir'aun dan menerima ujian berat dari kaumnya sendiri. Selain itu, Nabi Isa ibn Maryam hidup dalam kesusahan dan miskin, dan Nabi Muhammad harus bersabar dengan kemiskinan yang dia alami. Pamannya, Hamzah, terbunuh, padahal dia adalah salah satu keluarga dekatnya yang paling dicintai. Rasulullah juga diusir oleh kaumnya. Dan masih banyak lagi cerita menyedihkan yang dialami oleh nabi-nabi yang lain, yang tidak mungkin disebutkan satu per satu di sini. Dan, kalaupun dunia ini diciptakan untuk kelezatan, maka orang mukmin tidak berhak mendapatkan kelezatan itu. Sebab, Rasulullah pernah bersabda, *"Dunia ini adalah penjara (bagi) orang mukmin dan surga (bagi) orang-orang kafir."* Di dunia inilah orang-orang salih dipenjarakan, para ulama mendapat ujian dan cobaan, para wali-wali disengsarakan, dan minuman-minuman para *shadiqin* dikeruhkan.

Rehat

Dari Zaid ibn Tsabit, dia berkata, "Saya mendengar Rasulullah bersabda, *'Barangsiapa menjadikan dunia sebagai keinginannya, maka Allah akan menceraiberaikan urusannya (sehingga dia menjadi bingung dibuatnya), Allah akan menjadikan kefakirannya di depan kedua matanya. Dan, tidak datang kepadanya dunia, kecuali yang telah dituliskan untuknya. Dan, barangsiapa menjadikan akhirat sebagai niatnya, maka Allah akan menghimpunkan urusannya (sehingga mudah-mudah saja semua itu dijalaninya). Allah akan memberikan kekayaannya di dalam hatinya, dan akan datang kepadanya dunia karena dunia itu rendah sekali'."*

Dari Abdullah ibn Mas'ud, dia berkata, "Saya pernah mendengar nabi kalian mengatakan, *'Barangsiapa menjadikan semua keinginannya itu menjadi satu, yakni keinginan terhadap akhirat, maka Allah akan mencukupkan keinginan dunianya. Dan, barangsiapa yang banyak sekali keinginannya terhadap permasalahan dunia, maka Allah tidak akan mempedulikannya di lembah mana dia hancur'."*

Ikutilah orang-orang yang gembira

dan berlindunglah kepada kesabaran niscaya akan bahagia.

Yang menggelapkan hari-hari dihujat tanpa alasan yang jelas

Kau baik kepada kami meski tak pernah dibalas terima kasih

dan kau cegah kami dari dosa tapi mereka tak pernah merasa berdosa.

Dalam pembuatannya, kebijaksanaan Allah adalah

sebuah kemenangan dari keteguhan hati

Dari sempit ke luar, dan dari kesedihan ke arah kegembiraan.

Kebersahajaan Itu Akan Menyelamatkan dari Kebinasaan

Kesempurnaan kebahagiaan itu terdapat dalam tiga hal:

1. Kebersahajaan dalam marah
2. Kebersahajaan dalam syahwat
3. Kebersahajaan dalam ilmu

Itu berarti bahwa dibutuhkan sikap bersahaja agar kekuatan syahwat tidak semakin bertambah. Sebab, dengan makin bertambahnya kekuatan syahwat akan mendorongnya ke wilayah murahan, dan dia hancur dengan sendirinya. Atau, agar kekuatan marah tidak semakin bertambah yang akan mendorongnya ke wilayah tanpa kontrol, dan akhirnya dia hancur. Rasulullah sendiri pernah bersabda, *"Sebaik-baik urusan adalah tengah-tengahnya."*

Jika dua kekuatan itu dalam kesahajaan dan dikendalikan oleh kekuatan ilmu, maka dia akan diarahkan ke jalan hidayah. Jika marah telah melewati batasnya maka akan sangat gampang bagi seseorang yang sedang marah besar ini untuk memukul ataupun membunuh. Namun ketika kekuatan marah ini terlalu lunak, maka akan hilang gairah dalam beragama dan menjalani hidup di dunia. Sedangkan, ketika marah itu dalam kesahajaannya, maka yang akan muncul adalah kesabaran, keberanian, dan hikmah.

Demikian pula halnya dengan kekuatan syahwat. Jika kekuatan itu melebihi batas kewajarannya, maka yang akan muncul adalah kefasikan dan kekejian. Namun jika kekuatan itu tak berdaya, maka yang akan muncul adalah sikap lemah dan lunak. Sedangkan ketika kekuatan itu berada

dalam kesahajaannya, maka yang muncul adalah keterjagaan kehormatan diri dan kepuasan. Dalam sebuah hadits disebutkan: *"Hendaklah kalian itu berlaku sahaja."*

Allah berfirman:

Dan, demikian (pula) Kami telah menjadikan kamu (umat Islam) umat yang adil dan pilihan. **(QS. Al-Baqarah: 143)**

Orang Itu Dinilai dari Sifatnya yang Menonjol

Kebahagiaan Anda adalah ketika sifat-sifat baik yang ada dalam diri Anda bisa mengalahkan dan lebih menonjol daripada yang buruk. Dengan begitu Anda akan mendapatkan pujian. Bahkan, yang tidak ada dalam diri Anda pun akan dipuji atas nama Anda. Dan, masyarakat sekitar tidak akan pernah percaya bila benar Anda punya sifat buruk. Air saja bila sudah mencapai dua kulah, bisa disebut suci. Juga gunung, akan tetap disebut gunung meski bebatuannya tidak bertambah dan tidak pula berkurang.

Saya sering membaca serangan pedas yang diarahkan kepada Qais ibn 'Ashim, seorang yang di kalangan Arab dikenal sangat penyabar. Juga, serangan yang ditujukan kepada keturunan Baramikah yang mulia, dan serangan yang diarahkan kepada Qutaibah ibn Muslim, seorang panglima Islam yang sangat terkenal. Namun ternyata semua kecaman dan hujatan itu tidak pernah diingat, tidak pernah dikutip, dan tidak pernah dipercaya, karena semua itu telah tenggelam di samudera.

Sebaliknya, dari membaca itu saya juga mendapatkan pujian dan pujaan yang ditujukan kepada al-Hajjaj, Abu Muslim al-Khurasani, dan al-Hakim Biamrillah al-'Ubaidi, namun semua pujian itu tidak pernah ada yang mengingatkannya, tidak pernah dikutip, dan tidak pernah ada yang mempercayainya. Semua pujian itu lenyap di tengah tumpukan kejahatannya, kekejamannya, dan kesembronoannya. Maha Suci Allah Yang Maha Adil memperlakukan makhluk-Nya.

Seperti Itulah Anda Diciptakan

Dalam sebuah hadits disebutkan: *"Setiap sesuatu itu dimudahkan berdasarkan (untuk apa) ia diciptakan."*

Ketika merujuk pada hadits di atas, akan timbul pertanyaan: mengapa bakat-bakat dan sifat-sifat itu terabaikan dan diterlantarkan? Ketika Allah menghendaki sesuatu, maka Dia juga akan mempersiapkan sebab-sebabnya. Orang yang paling merana jiwanya dan paling kotor pikirannya adalah orang yang ingin menjadi bukan dirinya sendiri. Sedangkan orang yang cerdik adalah orang yang selalu mempelajari dirinya dan selalu menambah kekurangannya. Bila memang diciptakan pandai menyopir, maka ia akan menerima pekerjaan sebagai sopir. Dan bila memang diciptakan menjadi penjaga, maka ia akan menerima pekerjaan sebagai penjaga.

Sebagai contoh adalah Sibawaih yang dikenal sebagai pakar dalam ilmu Nahwu. Dia pernah belajar hadits, namun sama sekali tak mampu dan daya tangkapnya sangat rendah. Kemudian dia pun belajar Nahwu, dan ternyata dia sangat cerdas menangkap disiplin ilmu ini, bahkan kemudian menciptakan teori-teori baru dalam Nahwu.

Seorang yang bijak pernah berkata, "Orang yang menginginkan pekerjaan yang bukan bidangnya ibarat orang yang menanam kurma di Ghuthah, Damaskus, dan yang menanam pohon limau di Hijaz."

Hassan ibn Tsabit tidak dikenal bagus dalam adzan, sebab dia memang bukan Bilal. Khalid ibn Walid tidak pintar membagi warisan, sebab dia bukan Zaid ibn Tsabit.

Para ahli pendidikan mengingatkan: batasi posisimu!

Dalam perang itu ada pahlawan-pahlawan yang diciptakan untuknya dan bait-bait syair itu ada penyair dan penulisnya.

Kecerdikan Itu Membutuhkan Kejujuran

Suatu saat saya mendengar siaran radio London (BBC) yang memberitakan tentang usaha pembunuhan terhadap penulis Mesir terkenal, Najib Mahfuzh, penerima hadiah Nobel dalam bidang sastra. Kemudian, saya berusaha mengingat-ingat buku-buku yang pernah saya baca. Setelah saya bandingkan, saya jadi heran kepada orang ini. Bagaimana bisa dia menafikan aksioma bahwa hakikat itu jauh lebih besar daripada khayalan, bahwa keabadian itu jauh lebih agung daripada kefanaan, dan bahwa prinsip *rabbani-samawi* itu jauh lebih tinggi dan mulia dari prinsip-prinsip *basyari*.

Maka, apakah orang-orang yang menunjuki kepada kebenaran itu lebih berhak diikuti, ataukah orang yang tidak dapat memberi petunjuk kecuali (bila) diberi petunjuk? **(QS. Yûnus: 35)**

Maksud menafikan di sini adalah bahwa dia—menulis naskah drama—hanya didasarkan pada rajutan khayalannya, dengan bermain-main melalui; imajinasi, deskripsi, dan daya tarik. Padahal itu semua adalah fiksi, yang tidak berangkat dari kenyataan.

Setelah membaca riwayat hidupnya, saya bisa menyimpulkan satu hal yang prinsip. Yakni, kebahagiaan itu bukanlah keberhasilan membahagiakan orang lain dengan mengorbankan kebahagiaan dan ketenangan Anda sendiri. Adalah sangat tidak tepat jika orang lain dibuat bahagia, sementara Anda sendiri cemas, gelisah, dan sedih menggerus hati. Sejumlah penulis melontarkan pujian mereka kepada para penulis yang brilian dan menggambarkan mereka sebagai 'yang rela membakar diri demi memberikan penerangan kepada yang lain'. Padahal menurut *manhaj* yang lurus dan benar, penulis yang brilian adalah penulis yang pertama-tama memberikan penerangan kepada dirinya sendiri, dan selanjutnya kepada orang lain. Lalu, menghiasi dirinya dengan kebaikan, hidayah, dan tuntunan agar hati orang lain juga turut terhiasi.

Sejauh yang saya baca, tak ada masalah akhirat dan dunia gaib yang disinggung dalam tulisan-tulisan Najib Mahfuzh. Ya, memang ada imajinasi, ilustrasi, daya tarik, dunia, dan nama besar. Tapi kemudian, di mana kebenaran, tujuan hidup, risalah yang dibawa Nabi, dan perjanjian dengan *Rabb*?

Saya tahu bahwa Najib Mahfuzh telah sampai pada apa yang dia inginkan.

Kepada masing-masing golongan, baik golongan ini maupun golongan itu, Kami berikan bantuan dari kemurahan Rabb-mu. Dan, kemurahan Rabb-mu tidak dapat dihalangi. **(QS. Al-Isrâ` : 20)**

Manusia itu tidak akan pernah merasa cukup dengan mendapatkan apa yang ia inginkan. Ia baru akan merasa cukup setelah mendapatkan apa yang dikehendaki Allah.

Allah hendak menerangkan (hukum syariat) kepadamu, dan menunjukimu kepada jalan-jalan orang yang sebelum kamu (para nabi dan shalihin) dan (hendak) menerima taubatmu. Dan, Allah Maha Mengetahui lagi Maha Bijaksana. Dan, Allah hendak menerima taubatmu, sedang orang-orang yang

mengikuti hawa nafsunya bermaksud supaya kamu berpaling sejauh-jauhnya (dari kebenaran). **(QS. An-Nisâ` : 26-27)**

Saya tidak bersaksi pada kenyataan siapa yang akan masuk surga dan siapa yang akan masuk neraka, kecuali yang telah diidentifikasi oleh Allah atau ada dalil-dalil syariah yang menerangkan tentang hal itu. Saya hanya menilai dari perkataan, perbuatan, dan gelagat.

Dan, kamu akan benar-benar mengenal mereka dari kiasan-kiasan perkataan mereka. **(QS. Muhammad: 30)**

Harapan saya, semoga semua mendapat petunjuk dan masuk surga Allah yang luasnya seluas langit dan bumi.

Permasalahan yang perlu dipikirkan selanjutnya, manfaat apa yang didapat oleh seseorang seandainya dia mendapatkan kerajaan Kisra, namun hatinya remuk redam, atau dia memperoleh kekuasan Kaisar tapi harapannya untuk mendapatkan kebaikan tidak kesampaian? Jika saja karunia itu tidak menjadi sebab ke arah keselamatan, lalu apa manfaatnya dan nilai positif apa yang bisa diambil darinya?

Hiasilah Hati Anda, Niscaya Anda Akan Melihat Bahwa Alam Semesta Ini Sangat Indah

Ketika kita bisa menikmati keindahan hidup ini dalam batasan-batasan syariah yang suci, maka itulah kebahagiaan yang sempurna. Allah telah menciptakan taman-taman yang sangat indah, karena Allah memang Maha Indah dan Dia menyukai keindahan. Bacalah tanda-tanda yang menunjukkan keesaan (*wahdaniyah*) dalam penciptaan yang indah ini.

Dia-lah Allah, yang menjadikan segala yang ada di bumi untuk kamu.
(QS. Al-Baqarah: 29)

Semerbak wewangian, makanan yang mengundang selera, dan pemandangan yang indah akan menciptakan kebahagiaan dan keriangan di dalam jiwa.

Makanlah yang halal lagi baik dari apa yang terdapat di bumi.
(QS. Al-Baqarah: 168)

Dalam sebuah hadits disebutkan: *"Yang diciptakan untuk aku cintai dari duniamu (adalah) wewangian, wanita, dan permata hatiku diletakkan di dalam shalat."*

Pengamalan *zuhud* secara berlebihan dan *wara'* yang sesat berasal dari *manhaj* bumi, dan telah menodai keindahan hidup saudara-saudara kita. Karena penyusupan dan noda ini, mereka harus menjalani kehidupan dunia ini dengan memaksakan diri untuk menikmati keresahan, kegundahan, kelaparan, kurang tidur, dan tidak menikah. Rasulullah sendiri pernah bersabda, *"Tapi aku berpuasa, makan, bangun (untuk shalat malam), tidur, menikahi wanita, dan juga makan daging. Maka barangsiapa membenci sunahku, dia bukanlah dari golonganku."*

Kalau pun Anda terheran-heran, maka akan lebih mengherankan praktik-praktik yang dilakukan oleh sejumlah golongan. Satu golongan melarang makan kurma basah, satu golongan lain tidak membolehkan tertawa, dan yang lainnya lagi mengharamkan minum air dingin. Mereka berlagak tidak tahu bahwa praktik-praktik semacam itu menyiksa jiwa mereka dan meredupkan cahaya yang akan keluar dari jiwa.

> *Katakanlah: "Siapakah yang mengharamkan perhiasan dari Allah yang telah dikeluarkannya untuk hamba-hamba-Nya dan (siapa pulakah yang mengharamkan) rezeki yang baik?"* **(QS. Al-A'râf: 32)**

Sebagai orang yang paling *zuhud*, Rasulullah masih minum madu. Karena memang Allah menciptakan madu untuk diminum.

> *Dari perut lebah itu keluar minuman (madu) yang bermacam-macam warnanya, di dalamnya terdapat obat yang menyembuhkan bagi manusia.*
> **(QS. An-Nahl: 69)**

Beliau juga menikah dengan janda dan perawan.

> *Maka kawinilah wanita-wanita (lain) yang kamu senangi: dua, tiga, atau empat.* **(QS. An-Nisâ` : 3)**

Beliau juga memakai pakaian paling indah pada saat hari raya dan hari-hari yang lain.

> *Pakailah pakaianmu yang indah di setiap (memasuki) masjid.*
> **(QS. Al-A'râf: 31)**

Itu artinya bahwa Rasulullah menggabungkan antara hak sukma dan raga, antara kebahagiaan dunia dan akhirat. Sebab dia diutus dengan agama yang fitrah yang Allah ciptakan sesuai fitrah manusia.

Bergembiralah Dengan Pertolongan yang Segera Datang

Sejumlah penulis mengatakan, "Semua bentuk penderitaan dan kesulitan–bagaimana pun besar dan lamanya—tidak akan melekat mati pada orang yang ditimpanya, tidak akan kekal bersama orang-orang yang terkena musibah itu. Bahkan sebaliknya, semakin berat musibah itu berarti semakin dekat saatnya musibah itu hilang, semakin dekat saat-saat terang, masa-masa yang indah dan menyenangkan, serta kehidupan yang cerah dan ceria. Karena memang pertolongan dari Allah dan *ihsan* itu selalu datang di saat-saat kesulitan dan ujian itu sedang berat-beratnya. Memang selalu demikian, akhir dari malam yang gelap gulita adalah *fajar shadiq*."

Dia tak lain hanyalah waktu yang singkat dan setelah itu usai,

orang yang berjalan bersyukur atas perjalanannya.

Anda Lebih Tinggi Daripada Sikap Dengki

Orang yang paling bahagia adalah orang yang mendambakan akhirat. Tidak pernah iri kepada orang lain karena karunia Allah atas mereka. Dia berpegang pada risalah yang berasal dari prinsip yang benar dan contoh-contoh mulia yang berasal dari nilai kebaikan, lalu ia tularkan kepada orang lain. Jika itu tidak mampu ia lakukan, maka ia berusaha untuk tidak menyakiti mereka. Berkacalah kepada Ibn Abbas, seorang dengan kapasitas keilmuan yang sangat luas dan menjadi penerjemah al-Qur'an, bagaimana dia dengan akhlaknya yang baik, dengan kedermawanannya, dan dengan kepandaiannya dalam syariah mampu membuat musuh-musuhnya dari Bani Umayyah dan Bani Marwan menjadi sahabat.

Dengan menjadi sahabatnya, maka siapa saja bisa mengambil manfaat dari ilmu dan pemahamannya yang mendalam itu. Forum sahabat kemudian lebih banyak terisi fiqih, dzikir, tafsir, dan kebaikan. Ibn Abbas telah melupakan peristiwa perang Jamal dan Shiffin, atau perang-perang sebelum dan sesudahnya. Dia kini bangkit untuk membangun, meretas jalan, serta menghapuskan luka lama. Yang karena itu, dia menjadi sa-

ngat disegani oleh siapa saja, dan menjadi seorang ahli di antara umat Muhammad. Sedangkan Abdullah ibn az-Zubair, kita tahu bagaimana garis keturunannya, bagaimana keksatriaannya, bagaimana ibadahnya, dan bagaimana pula kemampuannya yang sangat tinggi itu. Dalam berijtihad, dia lebih suka mengambil jalan konfrontasi. Akibatnya, dia jarang meriwayatkan hadits, dan itulah yang disesalkan oleh kaum muslimin. Setelah itu, terjadilah hal yang lebih buruk. Ka'bah diacak-acak karena dia bersembunyi di dalam lingkungan Masjidil Haram. Banyak kaum muslimin terbunuh kala itu, termasuk dirinya yang kemudian tubuhnya disalib.

Dan, adalah ketetapan Allah itu suatu ketetapan yang pasti berlaku.

(QS. Al-Ahzâb: 38)

Ini bukan berarti kita ingin mengecilkan apa yang mereka lakukan, bukan pula merendahkan kedudukan mereka. Namun ini sekedar studi sejarah yang semata-mata bertujuan mengambil pelajaran dan hikmah. Yakni, bahwa sikap lemah lembut, ramah, dan pemaaf adalah sifat-sifat yang hanya dimiliki oleh sedikit orang saja. Hal itu terjadi, karena sifat-sifat ini menuntut pengorbanan diri, pengekangan keinginan, dan pengendalian ambisi.

Rehat

Ingatlah sabda Rasulullah yang berbunyi, *"Kenalilah Allah pada saat engkau dalam kemudahan, niscaya Allah akan mengenalimu pada saat engkau dalam kesulitan."* Sabda ini berarti bahwa ketika dalam kemudahan seorang hamba itu bertakwa kepada Allah, menjaga semua batasan-batasan-Nya, dan memelihara semua hak-hak-Nya, maka sebenarnya ia telah mengenalkan diri kepada Allah dengan semua yang ia lakukan. Dengan mengenalkan diri kepada Allah, maka terjadilah sebuah perkenalan khusus antara dirinya dengan Allah, yang kemudian mengharuskan Allah akan mengenalinya pada saat ia dalam kesulitan dan akan memelihara perkenalannya itu dalam kemudahan. Dengan perkenalan itu Allah akan menyelamatkannya dari segala kesulitan, sebuah perkenalan yang khusus dengan konsekuensi bahwa *Rabb* akan selalu dekat dengan hamba-Nya itu, akan mencintainya, dan akan selalu mengabulkan doanya.

Jika hamba itu bersabar sebagaimana seharusnya, maka ujian yang diturunkan kepadanya akan berubah menjadi sebuah karunia, dan yang tidak disukainya menjadi sangat menyenangkannya. Karena pada dasarnya, Allah menurunkan cobaan itu bukan untuk membinasakannya, tapi untuk menguji sejauh mana kesabaran dan *ubudiyah*-nya. Allah berhak disembah sekalipun hamba itu dalam kesulitan. Dengan begitu, hak yang

sama juga ketika ia dalam kemudahan. Allah juga berhak disembah, sekalipun keadaannya sangat menyulitkan. Dengan begitu, hak yang sama ia dapatkan ketika ia sedang senang.

Umumnya, orang tekun melakukan kewajiban *ubudiyah*-nya karena ia senang, dan itu seharusnya menjadi hal sama yang harus ia lakukan meski ia berada dalam kesulitan. Perbedaan dalam melakukan kewajiban ini, kemudian, menempatkan seorang hamba dalam tingkatan-tingkatan *ubudiyah*, yang untuk selanjutnya menentukan kedudukannya di sisi Allah.

Ilmu Adalah Pintu Kemudahan

Ilmu dan kemudahan itu ibarat dua sahabat dan dua saudara sekandung. Coba lihat para ulama, kehidupan mereka senang, dan untuk berhubungan langsung dengan mereka juga tidak sulit. Mereka memahami tujuan hidup. Mereka mendapatkan apa yang mereka cari. Dan, mereka telah menyelami dasar nilai kehidupan. Sedangkan para pe-*zuhud* yang ilmunya masih sangat dangkal, masuk kategori orang yang kehidupannya sangat mengenaskan dan banyak tertekan. Mengapa? Karena mereka hanya mendengar kalimat-kalimat yang tidak mereka mengerti artinya, dan masalah-masalah yang tidak mereka pahami arahnya. Penyimpangan yang menimpa kaum Khawarij tak lain juga disebabkan tingkat keilmuan dan pemahaman mereka yang masih dangkal. Mereka tidak mampu menyentuh hakikat-hakikat kebenaran, dan tidak mendapatkan petunjuk untuk mencapai maksud-maksud syariah. Mereka berhenti pada kedangkalan, tidak mau berusaha ke yang lebih tinggi, dan bahkan terjerembab di dalam kebingungan.

Bukan ke Arah Ini Unta Digiring

Saya pernah membaca dua buku yang sangat terkenal. Yang paling menonjol dalam kedua buku itu hanyalah serangan yang keras terhadap kebahagiaan dan kemudahan yang diajarkan oleh Rasulullah.

Buku *Ihyâ' Ulûmiddin* karangan al-Ghazali misalnya, menuliskan seruan untuk berlapar-lapar, untuk menjadi gembel dengan pakaian yang lusuh, untuk membuat keadaan menjadi lebih sulit, dan untuk menanggung beban yang berat. Hal ini sangat bertentangan dengan tujuan diturunkannya Rasulullah, yakni untuk menghapuskan semua itu dari alam semesta. Dalam buku itu, al-Ghazali memang menghimpun hadits-

hadits, menjelaskan tentang hukum binatang yang mati terjatuh, mati tertanduk, dan diterkam binatang buas. Namun hadits-hadits itu *dha'if* (lemah) atau *maudhu'*. Kemudian dengan hadits-hadits itu, ia membangun sebuah tahapan-tahapan yang menurutnya adalah sebuah keberhasilan terbesar untuk lebih mendekatkan diri kepada Allah.

Lalu, saya membandingkannya dengan *Shahîh* Bukhari dan Muslim. Dan, tampaklah perbedaan itu. *Ihyâ' Ulûmiddin* penuh dengan beban, kesulitan, dan terlalu dibuat-buat. Tapi, *Shahîh* Bukhari dan Muslim sangat lugas, mudah, dan bersahabat. Di situ saya mendapatkan makna yang dalam tentang firman Allah berikut:

> *Dan, Kami akan memberi kamu taufik kepada jalan yang mudah.*
> **(QS. Al-A'lâ: 8)**

Buku kedua berjudul *Qûtul-Qulûb* karangan Abu Thalib al-Makki. Buku ini berisi tuntutan untuk meninggalkan keduniaan, menyingkir dari gegap gempita dunia, meninggalkan kerja dan usaha, menghindari keindahan hidup, dan berlomba ke arah kesengsaraan dan kebingungan.

Pada dasarnya, kedua pengarang—Abu Hamid al-Ghazali dan Abu Thalib al-Makki—menginginkan sesuatu yang baik. Namun pengetahuan dasarnya tentang sunah dan hadits sangat lemah. Dari sinilah awal kekurangannya. Keduanya menyalahi keharusan: bahwa sebagai penunjuk jalan, mereka harus paham dengan jalan yang akan dilaluinya, dan harus mengerti seluk-beluknya.

> *Akan tetapi (dia berkata): "Hendaknya kamu menjadi orang-orang rabbani, karena kamu selalu mengajarkan al-Kitab dan disebabkan kamu tetap mempelajarinya."* **(QS. Ali 'Imrân: 79)**

Orang yang Paling Merasakan Kedamaian

Sifat yang menonjol dalam diri Rasulullah adalah kedamaian jiwa, keridhaan, dan optimistisnya. Beliau selalu memberikan kabar gembira, melarang membebani diri dan lari dari tanggung jawab. Beliau tidak mengenal putus asa. Senyuman selalu mengembang di bibirnya, keridhaan selalu bersarang di dalam dadanya, kemudahan ada dalam syariatnya, kesahajaan ada dalam sunahnya, dan kebahagiaan ada dalam agamanya.

Keinginannya pun sangat sederhana: menghapuskan beban dan belenggu yang memberatkan umatnya.

Pelan-pelan!

Kebahagiaan yang dapat kita berikan kepada lawan bicara kita adalah pernyataan-pernyataan yang mengetuk kesadarannya. Ini dapat dilakukan dengan pola pendekatan yang sistematis: kita dulukan yang terpenting, kemudian yang terpenting kedua, yang terpenting ketiga, dan selanjutnya. Teknik seperti ini sejurus dengan wasiat Rasulullah kepada Muadz ibn Jabal yang ketika itu diutus oleh Rasulullah ke Yaman: *"Hendaknya yang pertama kali engkau serukan kepada mereka adalah kesaksian bahwa tidak ada* Rabb *selain Allah dan sesungguhnya aku adalah Rasulullah."*

Itu berarti bahwa dalam sebuah permasalahan ada prioritas-prioritas yang harus dikerjakan sesuai dengan tahapannya. Tapi mengapa kita menjadikan prioritas-prioritas itu tumpang tindih, dan ingin melakukannya sekaligus?

> *Berkatalah orang-orang yang kafir: "Mengapa al-Quran itu tidak diturunkan sekali turun saja?" Demikianlah, supaya Kami perkuat hatimu dengannya dan Kami membacakannya secara tartil (teratur dan benar).*
>
> **(QS. Al-Furqân: 32)**

Kebahagiaan kaum muslimin dengan agama Islam yang mereka anut terwujud dalam rasa senang mereka menerima ajaran-ajarannya, dan tidak keberatan untuk menerima semua perintah dan larangannya. Sebab Islam memang datang untuk menyelamatkan mereka dari jiwa yang bingung, nalar yang ruwet, dan lingkungan sosial yang rusak.

Konsep *taklîf* (pembebanan) sendiri dalam syariat dinyatakan dalam kalimat negatif.

> *Allah tidak membebani seseorang, melainkan sesuai dengan kesanggupannya.* **(QS. Al-Baqarah: 286)**

Taklîf sendiri berarti kesulitan, sementara konsep dasar agama adalah memudahkan. Itu artinya, agama turun untuk menghilangkan kesulitan itu.

Ada seorang sahabat datang kepada Rasulullah untuk meminta wasiatnya. Dan, Rasulullah pun mengucapkan kalimat-kalimat pendek yang bisa

dihafal siapa saja, yang pada intinya menekankan kepekaan terhadap situasi yang berkaitan dengan waktu itu, pertimbangan keadaan, dan kemudahan.

Kesalahan yang sering kita lakukan pada saat berbicara di depan umum adalah bahwa kita hanya memindahkan semua nasehat, wejangan, ajaran, sunah, dan perilaku yang pernah kita dapat dari satu tempat, tanpa mengolahnya untuk menyesuaikannya dengan keadaan. Padahal Allah berfirman,

Dan, al-Qur'an telah Kami turunkan dengan berangsur-angsur agar kamu membacakannya perlahan-lahan kepada manusia dan Kami menurunkannya bagian demi bagian. **(QS. Al-Isrâ` : 106)**

Sa'ad menggiringnya dan mencakupinya,
wahai Sa'ad, tidak demikian menggiring unta.

Bagaimana Anda Mensyukuri yang Banyak, Jika yang Sedikit Saja Tak Mampu?

Orang yang tidak pernah memuji Allah atas nikmat air dingin yang bersih dan segar itu, maka ia akan lupa kepada-Nya jika mendapatkan istana yang indah, kendaraan yang mewah, dan kebun-kebun yang penuh buah-buahan yang ranum.

Orang yang tidak pernah bersyukur atas sepotong roti yang hangat, tidak akan pernah bisa mensyukuri hidangan yang lezat dan menu yang nikmat. Orang yang tidak pernah bersyukur dan, bahkan kufur, maka tidak akan pernah bisa membedakan antara yang sedikit dan banyak. Tapi ironisnya, tak jarang orang-orang seperti itu yang pernah berjanji kepada Allah bahwa ketika nanti Allah menurunkan nikmat kepadanya dan menyirami mereka dengan nikmat-nikmat-Nya, maka mereka akan bersyukur, memberi, dan bersedekah.

Dan, di antara mereka ada orang yang telah berikrar kepada Allah: "Sesungguhnya jika Allah memberikan sebagian karunia-Nya kepada kami, pastilah kami akan bersedekah dan pastilah kami termasuk orang-orang yang saleh. Maka, setelah Allah memberikan kepada mereka sebagiaan dari karunia-Nya, mereka kikir dengan karunia itu, dan berpaling, dan mereka memanglah orang-orang yang selalu membelakangi (kebenaran). **(QS. At-Taubah: 75-76)**

Setiap hari kita banyak melihat manusia model ini. Hatinya hampa, pikirannya kotor, perasaannya kosong, tuduhan kepada *Rabb*-nya selalu yang tidak senonoh, yang tidak pernah memberi karunia yang besar lah, tidak pernah memberinya rezeki lah, dan lainnya. Dia mengucapkan itu ketika badannya sangat sehat dan serba kecukupan. Dalam kemudahan yang baru seperti itu saja, dia sudah tidak bersyukur. Lalu, bagaimana jika hartanya melimpah, rumahnya indah, dan istana yang megah telah menyita waktunya? Pasti dia akan lebih kurang ajar dan akan lebih banyak durhaka kepada *Rabb*-nya.

Kita masih merindukan rumah itu, yang sudah ada di depan mata,
bagaimana jika kita berjalan selama sebulan dengan sahabat kita?

Orang yang bertelanjang kaki, karena tidak punya alas kaki mengatakan, "Saya akan bersyukur jika *Rabb*-ku memberiku sepatu." Tapi orang yang telah memiliki sepatu akan menangguhkan syukurnya sampai dia mendapatkan mobil mewah. Kurang ajar sekali: kita mengambil kenikmatan itu dengan kontan, namun mensyukurinya dengan mencicil. Kita tak pernah bosan mengajukan keinginan-keinginan kepada-Nya. Tapi perintah-perintah Allah yang ada di sekeliling kita lamban sekali dilaksanakan.

Tiga Papan

Sejumlah orang pandai menyelipkan tiga buah papan berharga di atas mejanya. Pada papan pertama tertulis: "Hari Anda adalah sekarang, hari Anda adalah sekarang." Artinya, hiduplah Anda dalam batas-batas hari ini saja. Papan kedua bertuliskan: "Pikirkanlah dan bersyukurlah." Maksudnya, pikirkan tentang nikmat Allah itu, kemudian syukurilah. Dan, papan ketiga bertuliskan: "Jangan marah!"

Ketiga papan ini merupakan tiga nasehat yang akan mengantarkan Anda kepada kebahagiaan, melalui cara yang paling singkat dan mudah. Cara seperti itu harus Anda ikuti, dengan menempelkan peringatan seperti itu di tempat yang strategis agar Anda bisa membacanya setiap saat.

Rehat

Pertimbangan bijaksana, mengapa jalan keluar dikaitkan dengan tekanan dan kemudahan dikaitkan dengan kesulitan? Jawabnya adalah ketika tekanan dan kesulitan itu telah semakin besar dan mencapai puncaknya, dan seorang hamba sudah mulai putus asa untuk bisa keluar dari tekanan dan kesulitan itu, maka saat itulah hamba itu benar-benar bergantung sepenuhnya kepada Allah. Inilah hakikat tawakal.

Demikian juga dengan orang mukmin, jika jalan keluar itu tak kunjung tiba, dan dia telah putus asa karena setelah banyak berdoa dan merendah di hadapan-Nya namun belum juga tampak tanda-tanda akan dikabulkan, maka dia akan memaki dirinya seraya berkata, "Saya diberi melalui dirimu, maka jika dalam dirimu ada kebaikan pasti akan engkau kabulkan permintaanku."

Cara mencela kepada diri sendiri seperti ini lebih disukai oleh Allah daripada ketaatan itu sendiri. Sebab, perasaan rendah diri seperti itu akan menghantarkan seorang hamba kepada *Rabb*-nya. Juga, akan memunculkan pengakuannya di hadapan Allah bahwa dia memang pantas untuk mendapatkan cobaan ini dan doanya sangat tidak pantas untuk dikabulkan. Perasaan rendah diri seperti itu kemudian akan membukakan jalan keluar dan pengabulan doa.

Ibrahim ibn Adham, si pezuhud itu, mengatakan, "Kami berada dalam kehidupan yang seandainya para raja mengetahuinya, pasti mereka akan menebas kami dengan pedang mereka."

Syaikhul Islam ibn Taimiyyah juga pernah mengatakan, "Ada saat-saat di hatiku ketika aku mengatakan, 'Jika penduduk surga merasakan apa yang aku rasakan, itu artinya mereka hidup dalam kebahagiaan'."

Tenanglah!

Dalam buku *Al-Faraj ba'dasy-Syiddah* ada lebih dari tiga puluh pasal yang semuanya menjelaskan bahwa di puncak kesulitan itu pasti ada jalan keluar. Setiap orang yang sudah berada di puncak kesulitan, maka ia sudah berada di ambang jalan keluar. Dalam bukunya yang tebal namun menarik, at-Tanukhi memaparkan kepada kita tentang seratus kisah orang yang disiksa, dipenjarakan, dikucilkan, diancam, diasingkan, diusir, dicambuk, dimiskinkan, dan disengsarakan. Namun, katanya, semua itu akan berlalu dalam hitungan hari. Dan setelah itu muncul 'pasukan' yang mengirimkan kebahagiaan kepada mereka saat mereka telah putus asa, dan mengabarkan kegembiraan saat mereka tak ingat lagi akan adanya jalan keluar. Pasukan itu yang mengirim adalah Dzat Yang Maha Mendengar lagi Maha Menjawab. Kepada orang-orang yang ditimpa musibah dan

bencana at-Tanukhi mengatakan, "Tenanglah kalian, banyak orang sudah mengalami seperti ini sebelumnya."

Manusia sebelum kita telah melalui apa yang kita lalui

dan mengalami derita yang kita alami.

Mungkin kau melakukan perbuatan baik pada malam harinya

namun kemudian kau kotori kebaikanmu itu.

Ini adalah hukum alam, yang sudah berjalan sejak dahulu.

Dan, sungguh akan Kami berikan cobaan kepadamu.
(QS. Al-Baqarah: 155)

Dan, sesungguhnya Kami telah mencoba orang-orang yang sebelum mereka. **(QS. Al-'Ankabût: 3)**

Ini adalah tindakan yang adil, karena memang Allah harus menyeleksi hamba-hamba-Nya. Di samping itu, Allah punya hak atas hamba-Nya untuk disembah pada saat sulit, yang sama pada saat mudah. Alasan lain, karena Allah berhak menggilir keadaan sebagaimana Dia menggilir siang dan malam. Jika demikian kenyataannya, mengapa harus tidak menerima dan membangkang?

Dan sesungguhnya, kalau Kami perintahkan kepada mereka: "Bunuhlah dirimu atau keluarlah kamu dari kampungmu", niscaya mereka tidak akan melakukannya, kecuali sebagian kecil dari mereka. **(QS. An-Nisâ` : 66)**

Andai kau perintahkan kepadaku, injaklah bara,

akan kukatakan, baiklah.

Bara api itu untuk kedua matamu bak sebuah permata.

Perbuatan yang Baik Adalah Tameng Diri dari Kejahatan

Kalimat indah yang pernah dikatakan oleh Abu Bakar, "Perbuatan yang baik akan membentengi (seseorang dari) kehidupan yang jahat." Perkataan ini benar secara nalar maupun teks al-Qur`an:

Maka, kalau sekiranya dia tidak termasuk orang-orang yang banyak mengingat Allah, niscaya ia akan tetap tinggal di perut ikan itu sampai hari berbangkit. **(QS. Ash-Shâffât: 143-144)**

Khadijah pernah berkata kepada Rasulullah, "Demi Allah, Allah tidak akan menyusahkanmu! Engkau adalah seorang yang selalu menjalin *silaturahmi* dengan sanak kerabat, menolong orang yang susah, memberi orang yang tidak punya, dan membantu orang yang sengsara."

Cobalah perhatikan ucapan Khadijah di atas, dengan jelas digambarkan bagaimana dia menyebutkan amalan-amalan yang baik untuk mengatakan akibat yang baik, dan menyebutkan permulaan yang baik untuk mengatakan akhir yang agung.

Dalam buku *Al-Wuzarâ'* karangan ash-Shababi, *Al-Muntazhim* karangan Ibnul Jauzi, maupun *Al-Faraj ba'dasy-Syiddah* karangan at-Tanukhi, ada satu kisah yang intinya demikian: Seorang menteri yang bernama Ibnul Furat, selalu ingin mencelakakan Abu Ja'far ibn Bastham dan menjebaknya. Tapi untuk melaksanakan tujuannya itu, ia banyak menghadapi kesulitan. Karena sejak kecil Abu Ja'far telah dibiasakan oleh ibunya untuk menyimpan sepotong roti di bawah bantalnya. Pagi harinya, sebagian roti itu oleh si ibu diberikan kepada siapa saja yang membutuhkan. Setelah sekian lama rencana Ibnul Furat itu berjalan, Abu Ja'far datang menemui Ibnul Furat untuk sebuah keperluan. Kata Ibnul Furat kepadanya, "Apakah Anda punya masalah dengan ibumu berkaitan dengan sepotong roti itu?"

Abu Ja'far menjawab, "Tidak."

Ibnul Furat mendesak, "Kau harus jujur kepadaku."

Abu Ja'far pun bercerita tentang ibunya dengan gaya yang mengundang tawa karena lebih mirip gaya bicara orang wanita.

Ibnul Furat menyela, "Jangan kau lakukan itu. Tadi malam aku tidur. Sebelum tidur aku merencanakan sesuatu yang bila berhasil engkau akan celaka. Kemudian aku tidur. Aku bermimpi bahwa aku sedang memegang pedang terhunus, dan berlari ke arahmu untuk membunuhmu. Namun ibumu yang saat itu sedang memegang sepotong roti mencegahku dengan menjadikan roti sebagai tameng dari tebasan pedangku, hingga pedangku tidak bisa menyentuhmu. Dan, aku pun terjaga."

Kemudian Abu Ja'far memakinya atas apa yang selama ini terjadi antara keduanya. Oleh Abu Ja'far, peristiwa ini dijadikan sebagai pendorong untuk kembali bersahabat, dan dia pun berusaha untuk membuat Ibnul Furat patuh kepadanya. Dengan perubahan sikap seperti itu, Ibnul Furat berubah sikap kepadanya, dan keduanya pun menjadi teman. Setelah

itu, Ibnul Furat berkata kepada Abu Ja'far, "Demi Allah, engkau tidak akan lagi melihat kejahatan dari diriku."

Beristirahat Akan Sangat Membantu Kelanjutan Perjalanan

Dalam syariah, jelas sekali, ada kebebasan yang membantu seseorang untuk meningkatkan kualitasnya dalam beribadah, dalam berinfak, dan dalam beramal salih. Rasulullah sendiri biasa tertawa, bercanda, dan tidak berbicara kecuali yang perlu-perlu saja.

Dan, Dia lah yang membuat manusia tertawa dan menangis.

(QS. An-Najm: 43)

Beliau pernah mengajak 'Aisyah balapan lari, dan selalu bijaksana mempertimbangkan kapan harus memberi nasehat kepada para sahabatnya semata-mata untuk menghindarkan kebosanan pada diri mereka. Rasulullah juga melarang sesuatu yang dibuat-buat, terlalu mendalam, dan menyulitkan diri sendiri. Beliau pernah mengabarkan bahwa orang yang mempersulit dirinya dalam menjalankan agama, maka agama benar-benar akan mempersulitnya. Dalam sebuah hadits juga disebutkan bahwa agama ini sangat kuat dan tegas, maka perlakukanlah dia dengan lembut.

Dalam hadits yang lain juga disebutkan bahwa setiap hamba itu memiliki vitalitasnya masing-masing, yakni kekuatan, ketegasan, dan kemampuan untuk menolak. Seseorang yang terlalu memaksakan diri untuk melakukan yang terlalu berat akan hancur. Sebab, dia hanya melihat pada kondisi sekarang saja, tanpa memperhatikan apa saja yang bisa terjadi secara tiba-tiba, berapa lamanya, dan sampai di mana kebosanan itu karena selalu tertekan. Orang yang berpikir akan menyadari bahwa dirinya memiliki batas minimal kemampuan untuk menyelesaikan pekerjaannya secara maraton. Ketika suatu saat sedang bersemangat, maka dia akan menambah volume pekerjaan yang diselesaikannya. Dan ketika suatu saat sedang tidak bersemangat, maka dia akan bekerja dengan kemampuan minimalnya. Inilah makna dari *atsar* sahabat: Jiwa itu memiliki kemampuan untuk maju dan untuk mundur. Maka, pergunakanlah kemampuan itu sebaik-baiknya tatkala sedang maju, dan tinggalkanlah dia saat sedang mundur.

Sejauh pengamatan saya, orang yang memaksakan diri untuk menambah berat timbangan amalnya, terlalu banyak melakukan yang *nafilah,*

dan nekad melakukan amalan yang di luar batas kemampuannya, justru akan terputus dari amalannya itu dan kembali melemah, bahkan jauh lebih lemah dari sebelumnya.

Agama, pada dasarnya, datang untuk membahagiakan umat manusia.

> *Kami tidak menurunkan Al-Quran ini kepadamu agar kamu menjadi susah.* **(QS. Thâhâ: 2)**

Allah menghinakan orang-orang yang membebani diri mereka dengan sesuatu yang di luar batas kemampuannya, yang akhirnya harus menarik diri dari dunia nyata dengan melanggar apa yang telah mereka komitmenkan terhadap diri sendiri.

> *Dan, mereka mengada-adakan rahbaniyah, padahal Kami tidak mewajibkannya kepada mereka, tetapi (mereka sendirilah yang mengada-adakannya) untuk mencari keridhaan Allah, lalu mereka tidak memeliharanya dengan pemeliharaan yang semestinya.* **(QS. Al-Hadîd: 27)**

Kelebihan Islam dibandingkan agama-agama lain di dunia adalah bahwa Islam itu agama fitrah, agama yang bersahaja, agama yang memperhatikan sukma dan raga, dunia dan akhirat, dan agama yang mudah.

> *(Itulah) agama yang lurus.* **(QS. Ar-Rûm: 30)**

Diriwayatkan dari Abu Said Al-Khudri: "Ada seorang Arab Badui datang kepada Rasulullah, dan bertanya, 'Wahai Rasulullah, siapakah orang yang paling baik?' Rasulullah menjawab, *'Seorang mukmin yang berjihad di jalan Allah dengan jiwa dan hartanya, kemudian seseorang yang mengasingkan diri di sebuah lembah untuk menyembah* Rabb-*nya'*." Dalam riwayat lain juga ditambahkan: *"..., dan bertakwa kepada Allah, serta meninggalkan manusia dari kejahatannya."*

Masih dari Abu Said al-Khudri, "Saya mendengar Rasulullah bersabda, *'Hampir tiba masanya di mana sebaik-baik harta seorang muslim adalah seekor domba yang menyusuri lereng-lereng gunung dan di tempat-tempat mengembara (desa) karena melarikan diri membawa agamanya untuk menjauhi fitnah'*." **(HR. Bukhari)**

Umar ibn Khaththab pernah berkata, "Menyendirilah sewajarnya."

Sangat bagus pesan yang disampaikan oleh Junaid al-Baghdadi, "Menguat-nguatkan diri untuk ber'*uzlah* itu jauh lebih mudah daripada harus memaksakan diri untuk bergaul dengan banyak orang."

Al-Khaththabi mengatakan, "Seandainya manfaat dalam ber'*uzlah* itu hanyalah menghindarkan diri dari kebiasaan *ghibah* dan dari kebiasaan melihat kemungkaran yang tidak mampu dia hilangkan, maka itu sudah merupakan suatu kebaikan yang besar."

Ini sesuai dengan hadits yang diriwayatkan Hakim dari Abu Dzar secara *marfu'* dengan sanad *hasan*: *"Menyendiri itu lebih baik daripada duduk dengan teman yang buruk budi pekertinya."*

Al-Khaththabi menyebutkan dalam bukunya *Al-'Uzlah* bahwa ber'*uzlah* dan bergaul itu berbeda seiring dengan keadaan seseorang. Dalil-dalil yang diturunkan pada hakikatnya menyuruh untuk bergaul dengan orang lain, karena itu berkaitan dengan ketaatan kepada para pemimpin dan untuk mengkaji masalah-masalah agama. Untuk pergaulan-pergaulan yang lain, bagi yang sudah mempunyai penghidupan yang cukup dan kemampuan untuk menjaga agamanya, maka lebih baik untuk mengurangi kegiatan itu dengan tidak mempengaruhi kewajibannya untuk bershalat jamaah, menjawab salam, menengok orang sakit, menghadiri pemakaman, dan lain sebagainya. Maksud mengurangi di sini adalah mengurangi kontak sosial yang berlebihan karena itu hanya akan membuat hati tidak tenang dan waktu yang seharusnya untuk melakukan hal-hal yang lebih penting terbuang sia-sia. Bergaul dengan orang lain tak ubahnya kebutuhan tubuh terhadap makan dan minum. Artinya, dalam menghadapi makanan dan minuman itu, seseorang harus bisa mendahulukan mana yang dibutuhkan dan mana yang tidak, karena yang demikian itu lebih bersih untuk tubuh dan hati.

Al-Qusyairi dalam *Ar-Risâlah* mengatakan, bahwa alasan orang memilih ber'*uzlah* adalah untuk menghidarkan diri dari orang lain terhadap kemungkinan kejahatan yang ia lakukan. Bukan sebaliknya: menghindarkan dirinya dari kemungkinan kejahatan yang dilakukan orang lain. Alasan pertama, menghindarkan diri dari sikap merendahkan diri, karena itu merupakan sifat orang yang merendahkan diri. Sedangkan alasan kedua, karena keyakinan bahwa dirinya lebih baik dari orang lain, dan ini merupakan sifat orang yang sombong.

Dalam masalah *'uzlah,* orang digolongkan menjadi tiga: dua golongan ekstrim dan satu golongan lagi moderat.

Pertama, orang yang menjauh dari masyarakat sampai pada shalat Jum'at, shalat jamaah, shalat hari raya, dan kumpulan-kumpulan yang bertujuan baik lainnya. Mereka ini salah.

Kedua, orang yang bergaul dan berbaur dengan masyarakat sampai dalam hal-hal yang diikuti setan, yang mengandung ketidakbenaran, gosip, dan tak membuang waktu percuma. Mereka juga salah.

Sedangkan kelompok ketiga adalah orang yang bercampur dengan masyarakat dalam ibadah-ibadah yang hanya bisa dilakukan secara berjama'ah, melibatkan diri dalam kegiatan yang prinsipnya saling tolong-menolong untuk kebaikan, ketakwaan, dan yang mendatangkan pahala dan ganjaran. Selain itu juga, menjauhi kegiatan-kegiatan yang menghalangi kedekatannya dengan Allah dan melakukan kemubahan yang berlebihan.

Dan, demikian (pula) Kami telah menjadikan kamu (umat Islam) umat yang adil dan pilihan. **(QS. Al-Baqarah: 143)**

Rehat

Diriwayatkan dari Ubadah ibn ash-Shamit: Rasulullah bersabda, *"Hendaklah kalian berjihad di jalan Allah, karena sesungguhnya jihad adalah salah satu dari sekian banyak pintu surga, yang dengannya Allah akan menghilangkan keresahan dan kegundahan."*

Pengaruh jihad dalam memerangi keresahan dan kegundahan itu adalah sesuatu yang bisa dirasakan. Ketika jiwa menolak untuk memerangi kebatilan, dan membiarkan dirinya dicengkeram olehnya, maka keresahan, penderitaan, dan ketakutan yang ia rasakan akan semakin menguat. Namun ketika jiwa melawannya secara *lillahi ta'alaa,* Allah akan menggantikan kegundahan dan keresahan itu dengan kegembiraan, semangat dan kekuatan. Sebagaimana yang Allah firmankan,

Perangilah mereka, niscaya Allah akan menyiksa mereka dengan (perantaraan) tangan-tanganmu dan Allah akan menghinakan mereka dan menolong kamu terhadap mereka, serta melegakan hati orang-orang yang beriman. **(QS. At-Taubah: 14)**

Oleh sebab itu, jihad adalah cara yang paling tepat untuk mengusir keresahan, kesuntukan dan kesedihan dari dalam hati. Allah tempat menggantungkan semua harapan.

Seorang penyair mengatakan,

"Kupejamkan mataku terhadap semua kotoran,
dan kukenakan pakaian sabar yang putih bersih.
Kala masalah menghimpitku, aku berdoa kepada Allah,
sejurus kemudian masalah itu pun terbuka.
Jalan-jalan itu tersumbat,
tapi dengan berdoa ia terbuka dengan sendirinya."

Panggung Tentang Kerajaan Alam

Salah satu dari sekian banyak jalan menuju kedamaian dan kebebasan berpikir adalah melihat bukti-bukti kekuasaan Allah dalam penciptaan langit dan bumi. Dengan penuh kekaguman Anda akan merasakan kenikmatan yang tiada tara saat melihat penciptaan Yang Maha Pencipta itu: bunga, pepohonan, sungai, hutan belukar, perbukitan dan gunung-gunung, bumi dan langit, malam dan siang, serta matahari dan rembulan. Saat itulah Anda akan mendapatkan kenikmatan dan kesejukan yang akan menambah keimanan, kepasrahan, dan ketundukan Anda kepada Pencipta Yang Agung ini.

> *Maka ambillah (kejadian itu) untuk menjadi pelajaran, hai orang-orang yang mempunyai pandangan.* **(QS. Al-Hasyr: 2)**

Salah seorang filosof yang telah memeluk Islam pernah berkata, "Jika aku meragukan kekuasaan Allah, maka aku akan melihat 'buku alam semesta' agar aku bisa membaca huruf-huruf *i'jaz* dan inovasi yang ada di dalamnya. Setelah itu, akan bertambahlah keimananku."

Langkah yang Tepat

Asy-Syaukani pernah mengatakan, "Sejumlah ulama menasehatiku: 'Jangan pernah berhenti menulis, walaupun hanya dua baris sehari.' Aku pun mematuhinya, dan kini aku dapat memetik buahnya."

Pesan yang tersirat dalam pernyataan asy-Syaukani ini merupakan makna hadits Rasulullah: *"Sebaik-baik perbuatan adalah yang dilakukan seseorang secara terus-menerus walaupun sedikit."*

Dikatakan, tetesan demi tetesan akan membentuk sebuah aliran air yang deras.

Tidakkah kau lihat seutas tali yang karena lama mengikat pinggang bukit telah mengguratkan bekas.

Kita sering menggerutu karena tidak sabar ingin melakukan apa saja dengan sekali jadi, yang kemudian itu membuat kita merasa capek dan bosan, lalu meninggalkannya. Padahal jika kita melakukannya sedikit demi sedikit, dan setahap demi setahap sesuai perencanaan kita, pasti kita akan mampu melalui fase-fase itu dengan tenang. Anggaplah shalat sebagai contoh. Agama telah mensyariatkannya dalam lima waktu yang terpisah-pisah, sehingga memungkinan hamba untuk istirahat sejenak, dan merindukannya lagi pada saat menunggu waktu shalat berikutnya. Seandainya shalat lima waktu itu digabungkan dalam satu waktu pasti akan membosankan. Dalam hadits disebutkan: *"Sesungguhnya orang yang memaksakan diri itu tidak akan kuasa menahan keletihan punggungnya dan tidak akan mampu menyelesaikan jarak tempuh."* Dari pengalaman nyata kita dapat menyimpulkan bahwa seseorang yang melakukan pekerjaan secara bertahap jauh lebih produktif daripada yang melakukannya sekaligus.

Sebuah tesis yang dikemukakan sejumlah ulama menyimpulkan: Shalat itu menertibkan waktu kita. Tesis ini mengambil makna dari firman Allah,

Sesungguhnya, shalat itu adalah kewajiban yang ditentukan waktunya atas orang-orang yang beriman. **(QS. An-Nisâ` : 103)**

Seandainya saja seorang hamba mampu membagi pekerjaannya yang menyangkut agama dan dunianya setelah waktu shalat, niscaya dia akan mendapatkan waktu yang sangat luang.

Dapat saya contohkan, jika seorang pelajar atau mahasiswa mengalokasikan waktu sehabis shalat subuh untuk menghafal ilmu apa saja, setelah salat zhuhur untuk membaca yang ringan-ringan, setelah Ashar untuk tulisan yang serius, setelah Maghrib untuk main dan perbincangan santai, dan setelah Isya' untuk membaca buku-buku kontemporer, hasil riset, jurnal, dan kumpul bersama keluarga dan kerabat, maka akan bagus sekali. Dari dasar nuraninya, orang yang berpikir akan mendapatkan pertolongan dan cahaya.

Jika kamu bertakwa kepada Allah, niscaya Dia akan memberikan kepadamu furqan. **(QS. Al-Anfâl: 29)**

Jangan Ceroboh!

Perencanaan yang kurang matang akan menjadi beban pikiran yang berkepanjangan. Hal ini disebabkan oleh ketidakmampuannya untuk memperkirakan batas kemampuan diri dan tidak mengarahkan untuk menjadikan pikiran dan pandangannya terbangun dengan benar. Pengetahuan itu sangat beragam dan banyak cabangnya, sehingga dituntut untuk menentukan mana yang ditekuninya, untuk kemudian menitikberatkan pada satu bidang yang jelas. Karena bagaimanapun spesifikasi itu perlu.

Demikian juga halnya dengan hutang, tanggungan keuangan, dan biaya hidup. Semua itu akan menambah beban pikiran yang sudah ada. Berikut beberapa prinsip yang berkaitan dengan bagaimana mengatasi masalah seperti ini.

Pertama, orang yang hemat tidak akan pernah minta bantuan orang lain. Orang yang membelanjakan uangnya dengan baik, memanfaatkan uangnya untuk hal-hal penting, tidak boros dan tidak foya-foya, akan mendapatkan pertolongan dari Allah.

Sesungguhnya, pemboros-pemboros itu adalah saudara-saudara setan.

(QS. Al-Isrâ`: 27)

Dan, orang-orang yang apabila membelanjakan (harta) mereka tidak berlebih-lebihan, dan tidak (pula) kikir, dan adalah (pembelanjaan itu) di tengah-tengah. **(QS. Al-Furqân: 67)**

Kedua, mencari harta lewat jalur-jalur yang mubah dan menghindari yang haram. Allah itu Maha Baik, dan hanya menyukai yang baik-baik saja. Allah tidak akan memberkahi harta yang diperoleh dengan cara kotor.

Meskipun banyaknya yang buruk itu menarik hatimu.

(QS. Al-Mâ`idah: 100)

Ketiga, mencari harta yang halal, menghimpunkannya dengan cara yang halal, mengisi waktu luang, dan tidak membuang-buang waktu untuk hal-hal yang tidak berguna. Abdur Rahman ibn Auf—saat ditawari setengah dari kekayaan salah satu dari kaum Anshar sebagai wujud kuatnya ikatan persaudaraan antara Muhajirin dan Anshar yang telah ditanamkan oleh Rasulullah, —malah mengatakan, "Tunjukanlah kepadaku [di mana] pasar."

Apabila telah ditunaikan shalat, maka bertebaranlah kamu di muka bumi dan carilah karunia Allah, dan ingatlah Allah sebanyak-banyaknya supaya kamu beruntung. **(QS. Al-Jumu'ah: 10)**

Nilai Diri Adalah Keimanan dan Akhlak

Ada seorang miskin yang mengenakan kain usang, pakaian lusuh, perut lapar, kaki tak beralas, berasal dari garis keturunan yang tidak terhormat, tidak punya kedudukan, harta dan keluarga besar, tidak punya rumah untuk berteduh, tidak punya perabotan yang berharga, minum hanya dari air dari kolam umum yang diambil dengan gayung kedua tangannya, tidur di masjid, tidur hanya berbantalkan tangan, dan berkasur pasir bercampur kerikil. Namun begitu, dia adalah seorang yang selalu berdzikir kepada *Rabb*-nya, selalu membaca Kitab Allah, dan selalu berada pada *shaf* terdepan dalam shalat maupun dalam perang. Suatu ketika dia lewat di dekat Rasulullah. Lalu Rasulullah memanggil namanya dengan nyaring, "Wahai Julaibib, tidakkah kamu menikah?"

Orang itu menjawab, "Wahai Rasulullah, siapakah yang mau menikahkan [puterinya] denganku? Aku tidak punya kedudukan dan tidak pula harta." Beberapa hari kemudian Rasulullah bertemu dengannya. Rasulullah menanyakan pertanyaan yang sama, dan dia pun menjawabnya dengan jawaban yang sama pula. Pada pertemuan yang ketiga Rasulullah mengajukan pertanyaan yang sama, dan dijawab dengan jawaban serupa. Maka bersabdalah Rasulullah, "Wahai Julaibib, pergilah ke rumah Fulan (Rasulullah menyebut nama seorang Anshar) lalu katakan padanya, 'Rasulullah menyampaikan salam untukmu dan memintamu untuk mengawinkanku dengan anak perempuanmu'."

Sahabat Anshar yang dimaksud itu berasal dari keluarga terhormat dan terpandang. Maka, berangkatlah Julaibib menemui sahabat Anshar itu. Diketuknya pintu rumahnya, dan kemudian disampaikannya apa yang diperintahkan oleh Rasulullah. Sahabat Anshar itu mengatakan, "Semoga kesejahteraan tercurah untuk Rasulullah. Tapi bagaimana bisa aku mengawinkan anakku denganmu yang tidak punya kedudukan dan harta benda?"

Pada saat itu, istri sahabat itu juga mendengar pesan Rasulullah yang disampaikan oleh Julaibib itu, dan dia pun terheran-heran dan bertanya-tanya: "... [dengan] Julaibib, yang tidak punya kedudukan dan harta?" Dari

dalam anak puterinya yang mukminah mendengar apa yang dikatakan oleh Julaibib dan pesan Rasulullah yang disampaikannya, segera anak perempuan mukminah itu berkata kepada kedua orang tuanya, "Apakah kalian menolak permintaan Rasulullah? Tidak, demi Dzat yang jiwaku berada di tangan-Nya!"

Selanjutnya, terjadilah sebuah pernikahan dan melahirkan sebuah keluarga yang penuh berkah. Ini sebuah rumah tangga yang didasarkan atas ketakwaan kepada Allah dan keridhaan terhadap perintah-Nya. Beberapa waktu kemudian datanglah seruan jihad. Julaibib pun ikut perang. Dengan tangannya terbunuh tujuh orang musuh. Namun, dia sendiri juga terbunuh. Dia meninggal dengan berbantalkan tanah dengan penuh keridhaan kepada Allah, Rasul-Nya, dan kepada prinsip-prinsip yang menghantarkannya kepada ajal. Setelah itu Rasulullah memeriksa semua korban dalam perang itu. Dan, para sahabat memberitahukan nama-nama siapa saja yang terbunuh. Tak ada nama Julaibib disebut, sebab memang dia tidak terkenal di kalangan sahabat. Namun Rasulullah ingat sekali Julaibib. Beliau hafal nama itu di tengah nama-nama besar yang terbunuh. Sergah Rasulullah, "Tapi kini aku kehilangan Julaibib."

Rasulullah mendapati jasadnya penuh dengan debu, dan mengusap debu dari wajahnya seraya berkata: "Engkau telah membunuh tujuh orang, lalu engkau sendiri kini terbunuh. Engkau bagian dariku dan aku bagian darimu. Engkau bagian dariku dan aku bagian darimu. Engkau bagian dariku dan aku bagian darimu." Ucapan yang merupakan tanda pengenal dari Nabi ini sudah cukup buat Julaibib sebagai tanda dan hadiah.

Sebenarnya nilai seorang Julaibib adalah keimanannya, kecintaan Rasulullah kepadanya, dan prinsip yang dia pegang teguh sampai dia harus mati karenanya. Kemisikinan dan ketidakjelasan garis keluarganya tidak pernah menjadi penghambat untuk memperoleh kedudukan yang mulia dan besar ini. Dia telah mencapai cita-citanya untuk mati syahid, mendapatkan keridhaan, diterima oleh masyarakat, dan mendapat kebahagiaan di dunia dan akhirat.

> *Mereka dalam keadaan gembira disebabkan karunia Allah yang diberikan kepada mereka, dan mereka bergirang hati terhadap orang-orang yang masih tinggal di belakang yang belum menyusul mereka, bahwa tidak ada kekhawatiran terhadap mereka dan tidak (pula) mereka bersedih hati.*
>
> **(QS. Ali 'Imrân: 170)**

Sesungguhnya, nilai diri itu ada dalam makna-makna dan sifat-sifat mulia yang ada dalam diri. Kebahagiaan Anda ada dalam pemahaman, perhatian dan keinginan Anda yang kuat terhadap sesuatu.

Kemiskinan dan kelemahan bukan hambatan bagi seseorang untuk mencapai prestasi yang baik, untuk sampai ke tujuan, dan unggul atas orang lain. Maka, berbahagialah orang yang mengetahui harga dirinya, berbahagialah orang yang telah membuat jiwanya bahagia dengan impian yang telah dicapainya, jihad yang diikutinya, dan akhlak baik yang menjadi nilainya. Berbahagialah bagi yang telah menjadi baik sebanyak dua kali, yang berbahagia di dua kehidupan, dan mendapat kemenangan dua kali: di dunia dan di akhirat.

Sungguh Bahagia Mereka!

Abu Bakar sangat bahagia dengan ayat:

> *Dan, kelak akan dijauhkan orang yang paling takwa dari neraka itu. Yang menafkahkan hartanya (di jalan Allah) untuk membersihkannya.*
>
> **(QS. Al-Lail: 17-18)**

Umar sangat bahagia dengan hadits dari Rasulullah: "Aku melihat istana putih di surga. Lalu aku bertanya, 'Untuk siapa istana ini?' Dikatakan kepadaku, 'Untuk Umar ibn Khaththab'."

Utsman sangat bahagia karena doa Rasulullah: "Ya Allah, ampunilah Utsman apa yang telah lalu dan yang akan datang."

Ali demikian juga karena ada sabda Rasulullah: "Dia [Ali] adalah lelaki yang mencintai Allah dan Rasul-Nya, dan dicintai Allah dan Rasul-Nya."

Sa'ad ibn Mu'adz demikian bahagia dengan adanya sabda Rasulullah: "Bergoyanglah 'Arsy Yang Maha Pengasih karenanya."

Abdullah ibn 'Amr al-Anshari sangat bahagia dengan adanya sabda Rasulullah: "Dia diajak bicara Allah langsung tanpa penerjemah."

Sedangkan Hanzhalah: "Dia dimandikan oleh para malaikat Dzat Yang Maha Pengasih."

Alangkah Sengsaranya Mereka!

Fir'aun, karena diklaim dengan firman-Nya:

Kepada mereka ditampakkan neraka pada pagi dan petang.

(QS. Al-Mu` min: 46)

Qarun, dengan firman-Nya:

Maka Kami benamkan Qarun beserta rumahnya ke dalam bumi.

(QS. Al-Qashash: 81)

Al-Walid ibn Mughirah, dengan firman-Nya:

Aku akan membebaninya mendaki pendakian yang membuatnya payah.

(QS. Al-Muddatstsir: 17)

Umayyah ibn Khalaf, dengan firman-Nya:

Kecelakaanlah bagi setiap pengumpat lagi pencela.

(QS. Al-Humazah: 1)

Al-'Ash ibn Wail, dengan firman-Nya:

Sekali-kali tidak, Kami menulis apa yang ia katakan, dan benar-benar Kami akan memperpanjang azab untuknya. **(QS. Maryam: 79)**

Rehat

Hal-hal berikut ini akan lahir dari kedurhakaan dan kelalaian untuk berdzikir kepada Allah, seperti tanaman yang ditumbuhkan karena air dan kebakaran yang berasal dari api: hidayah menipis, cara pandang tidak benar, kebenaran tertutup, hati rusak, dzikir melemah, waktu terbuang sia-sia, hati jauh dari Allah, hubungan antara hamba dengan *Rabb*-nya tidak akrab, doa tak didengar, hati mengeras, berkah pada rezeki dan usia dihapuskan, kesulitan mendapatkan ilmu, adanya kehinaan, penghinaan oleh musuh, dada menjadi sesak, ujian dengan teman-teman yang bermoral bejat, merusak hati, kegundahan yang tak pernah berhenti, kehidupan yang sengsara, dan perasaan yang perih. Sedangkan hal-hal yang merupakan kebalikan dari semua itu terlahir dari ketaatan.

Sedangkan dampak dari *istighfar* dalam mengusir keresahan, kegundahan, dan kesempitan telah sama-sama diketahui oleh para ahli agama dan orang-orang pandai dalam setiap umat. Kedurhakaan dan kerusakan akan menyebabkan keresahan, kegundahan, rasa takut, rasa sedih, kesesakan di dalam dada, serta berbagai penyakit hati yang lain.

Setelah melakukan kedurhakaan dan jiwa mereka sudah bosan dengan kedurhakaan itu, maka mereka akan kembali melakukan perbuatan dosa sebagai pelampiasan untuk menghilang kan kesempitan, keresahan, dan kegundahan yang ada di dalam dada mereka. Seorang tokoh kaum fasiq mengatakan,

"Satu gelas yang kuminum dengan lezat,

yang satu lagi kupakai untuk berobat."

Menghapuskan pikiran di dalam jiwa dengan melakukan kedurhakaan yang telah menyebabkan beban pikiran sebelumnya adalah dampak yang ditimbulkan dari dosa-dosa dan maksiat yang ada di dalam hati. Karenanya, cara paling ampuh untuk mengurangi beban pikiran itu hanyalah taubat dan *istighfar*.

Bersikaplah Lembut Kepada Kaum Wanita

Dan, bergaullah dengan mereka secara patut. **(QS. An-Nisâ` : 19)**

Dan, Dia jadikan di antara kamu rasa kasih dan sayang.
(QS. Ar-Rûm: 21)

Dalam sebuah hadits disebutkan: *"Perlakukanlah kaum wanita itu dengan baik, sebab mereka adalah yang membantu kalian."*

Dalam hadits yang lain Rasulullah bersabda: *"Orang yang paling baik di antara kalian adalah yang paling baik bagi keluarganya, dan aku adalah orang yang paling baik terhadap keluargaku."*

Rumah yang bahagia adalah rumah yang dibangun di atas rasa saling mencintai, yang tegak berdiri di atas pondasi cinta yang penuh dengan takwa kepada Allah dan keridhaan-Nya.

Maka, apakah orang-orang yang mendirikan masjidnya di atas dasar takwa kepada Allah dan keridhaan(Nya) itu yang lebih baik, ataukah orang-orang yang mendirikan bangunannya di tepi jurang yang runtuh, lalu bangunannya itu jatuh bersama-sama dengan dia ke dalam neraka Jahannam? Dan Allah tidak memberikan petunjuk kepada orang-orang yang zalim.
(QS. At-Taubah: 109)

Senyuman di Awal

Adalah sebuah awal yang indah ketika seorang istri bertemu dengan suaminya, atau seorang suami dengan istrinya. Senyuman itu adalah sebuah pernyataan awal untuk sebuah kesepakatan dan harmoni: *"Senyummu di depan saudaramu adalah sedekah."* Rasulullah sendiri adalah seorang yang banyak tertawa dan tersenyum.

Sedangkan mengenai pertemuan itu harus diawali dengan salam bisa kita temukan dalam firman Allah:

> *Hendaklah kamu memberi salam (kepada penghuninya, yang berarti memberi salam) kepada dirimu sendiri, salam yang ditetapkan dari sisi Allah, yang diberi berkah lagi baik.* **(QS. An-Nûr: 61)**

Sedangkan hukum menjawab salam adalah,

> *Apabila kamu dihormati dengan suatu penghormatan, maka balaslah penghormatan itu dengan yang lebih baik, atau balaslah (dengan yang serupa).*
> **(QS. An-Nisâ` : 86)**

Dan sebuah awal yang baik pula bila saat masuk rumah berdoa:

اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ خَيْرَ الْمَوْلَجِ وَخَيْرَ الْمَخْرَجِ بِسْمِ اللَّهِ وَلَجْنَا
وَبِسْمِ اللَّهِ خَرَجْنَا وَعَلَى اللَّهِ رَبِّنَا تَوَكَّلْنَا

"Ya Allah aku memohon pada-Mu kebaikan tempat masuk dan kebaikan tempat keluar. Dengan nama Allah kami masuk dan dengan nama Allah kami keluar. Dan kepada Allah-lah kami bertawakal."

Cara berbicara yang lembut baik dari istri maupun dari suami adalah alasan terciptanya kebahagiaan rumah tangga.

> *Dan, katakan kepada hamba-hamba-Ku: "Hendaklah mereka mengucapkan perkataan yang lebih baik (benar)."* **(QS. Al-Isrâ` : 53)**

Seorang suami dan istri itu hendaknya masing-masing menarik semua ucapan yang jelek dan melukai perasaan serta penuh caci maki. Suami dan istri hendaknya mengungkapkan sisi yang indah penuh pesona dan menutup mata pada sisi lemah yang muncul pada masing-masing suami-istri.

Seorang suami yang selalu menghitung kebaikan istrinya dan tidak memperhatikan kekurangannya, akan bahagia dan tenang hatinya. Disebutkan dalam sebuah hadits: *"Janganlah seorang mukmin membenci seorang*

mukminah (istrinya). Jika dia tidak senang pada satu perilaku, maka masih banyak perilaku lain yang dia senangi."

Siapa orangnya yang selamanya berbuat jahat
dan siapa pula yang selamanya berbuat baik.

Siapa orangnya yang tidak mempan terhadap tebasan pedang kebaikannya dan siapa pula orangnya yang pundi-pundi kebaikannya sama sekali tak ada isinya?

> *Sekiranya tidaklah karena karunia Allah dan rahmat-Nya kepada kamu sekalian, niscaya tidak seorang pun dari kamu bersih (dari perbuatan-perbuatan keji dan mungkar itu).* **(QS. An-Nûr: 21)**

Kebanyakan permasalahan rumah tangga terjadi dan muncul dari masalah-masalah sepele. Berpuluh-puluh masalah yang berujung pada perpisahan antara suami istri, semuanya muncul dan berawal dari masalah-masalah yang sangat sepele. Salah satunya adalah keadaan rumah yang tidak rapi dan makanan yang tidak dihidangkan tepat pada waktunya. Atau sebab lain, karena istri kecapekan sehingga tidak ingin suaminya terlalu banyak menerima tamu. Dengan mendaftar semua permasalahan itu dan, kalau perlu, permasalahan lain—yang disertai dengan alternatif penyelesaiannya— maka akan menghentikan kehancuran rumah tangga dan resiko anak-anak yang harus kehilangan salah satu orang tuanya.

Bagaimanapun kita harus menyadari kenyataan, keadaan, dan kekurangan kita sendiri. Kita harus keluar dari dunia imajinasi dan ideal-ideal yang semu, yang tak mungkin dicapai. Kehidupan seperti itu hanya bisa menjadi kenyataan bagi para *ulul 'azmi*, yang di dunia ini hanya beberapa gelintir orang saja.

Kita adalah manusia yang bisa marah, bisa bersikap keras, bisa lemah, dan bisa salah. Yang harus kita lakukan adalah menanamkan konsep relativitas di dalam mencari keseimbangan hubungan suami-istri, agar bisa menjalani kehidupan yang singkat ini dengan damai.

Kebaikan hati Ahmad ibn Hanbal serta kepekaannya menjadi seorang mitra ada baiknya bila kita kemukakan di sini. Katanya, setelah meninggal istrinya, Ummu Abdillah, dia telah menjadi teman baiknya selama empat puluh tahun tanpa pernah berselisih walau satu kata sekali pun.

Jika si istri sedang marah, maka suami harus diam. Demikian sebaliknya, sehingga api yang bergolak itu padam dengan sendirinya, emosi di hati itu dingin dengan sendirinya, dan gejolak di dalam hati itu akan mereda.

Dalam bukunya *Shaydul Khâthir,* Ibnul Jawzi mengatakan, "Jika kamu melihat sahabatmu marah dan mulai bicara tidak jelas, maka apa yang dikatakannya jangan pernah diambil hati, dan jangan pernah memberi sanksi. Saat itu, dia sedang tidak waras, tidak tahu apa yang sedang terjadi. Bersabarlah sebentar, dan jangan terpancing. Saat itu dia sedang dikalahkan setan, emosinya sedang tidak terkendalikan, dan pikirannya sedang terkungkung. Jika Anda mengambil hati itu atau membalasnya dengan cara yang sama, maka Anda seperti menghadapi yang tidak waras. Atau, orang yang sadar menghardik orang yang mabuk, karena itu berarti dosa bagi Anda. Tataplah dengan pandangan yang penuh kasih, pahamilah sebagai *qadar*-nya bahwa saat itu ia harus marah, dan berusahalah untuk bersandiwara dengannya.

Perlu Anda ketahui, bahwa jika nanti dia sadar, maka ia akan menyesali apa yang telah terjadi dan mengakui betapa faedah bersabar itu. Paling tidak, Anda bisa menyelamatkan orang itu dari tindakan marahnya dan membawa kepada ketenangan.

Kesadaran seperti ini harus benar-benar dipahami oleh seorang anak ketika orang tuanya sedang marah, atau seorang istri ketika suaminya sedang marah. Biarkanlah dia marah sampai berhenti dengan sendirinya, dan jangan meresponnya. Setelah itu dia akan menyesal dan minta maaf atas apa yang telah dilakukannya. Sebaliknya, jika ucapan dan perbuatannya itu dilawan dengan cara yang sama, maka akan muncul permusuhan yang semakin berlarut. Tapi balaslah dengan kebaikan atas apa yang telah dilakukannya pada waktu tidak waras itu.

Sayangnya, kesadaran semacam ini jarang dilakukan. Umumnya, ketika seseorang melihat orang lain marah-marah, dia akan melayaninya. Padahal, tindakan seperti itu sama sekali bukan tindakan yang bijaksana. Tapi hal ini hanya bisa dicerna oleh orang-orang yang tahu.

Kebiasaan Balas Dendam Adalah Racun Berbisa di Dalam Jiwa yang Bergejolak

Dalam buku *Al-Mashlûbûn fit Târîkh* terdapat kisah-kisah dan hikayat-hikayat tentang orang-orang kejam yang menimpakan siksa sangat pedih kepada musuh-musuhnya. Setelah semua lawan terbunuh, rasa haus dan sakit di hati mereka tidak terobatkan. Jasad-jasad yang sudah kaku itu pun disalib. Tubuh-tubuh kaku itu tak merespon siksaan yang diderakan

kepadanya, tidak merasakan sakitnya perlakuan kasar, dan tenang saja tanpa merasa disiksa, karena memang sudah tidak ada ruhnya. Sebaliknya, si pembunuh yang masih saja menderakan siksa itu merasa puas dan lega, dan semakin senang dengan perlakuan kasarnya. Tapi jiwa-jiwa yang diliputi dendam kesumat ini tidak pernah merasa terpuaskan dan bahagia, karena api dendam dan kemarahan telah menghancurkan mereka sebelum mereka menghancurkan musuh-musuh mereka sendiri.

Yang lebih mengherankan adalah tindakan sejumlah khalifah Bani Abbas. Karena tidak berhasil membunuh musuh-musuhnya dari kalangan Bani Umayyah yang sudah terlebih dahulu meninggal sebelum mereka berkuasa, toh kuburan-kuburan mereka tetap mereka bongkar. Jasad yang tinggal tulang itu pun dicambuk, dipaku di tiang salib, dan dibakar. Ini benar-benar lautan kebencian yang kelewat batas, yang sebenarnya hanya akan memupuskan semua kesenangan dan mencemarkan keindahan dan ketetapan jiwa.

Bahaya yang mengancam orang yang selalu ingin membalas dendam, sangat besar. Dia telah kehilangan kendali terhadap syarafnya, telah kehilangan ketenangannya, dan telah kehilangan rasa kedamaiannya.

Musuh tidak bisa mencapai tingkatan yang dicapai oleh orang bodoh itu sendiri.

> *Dan, apabila mereka menyendiri, mereka menggigit ujung jari lantaran marah bercampur benci terhadap kamu. Katakanlah (kepada mereka): "Matilah kamu karena kemarahanmu itu."* **(QS. Ali 'Imrân: 119)**

Rehat

Respon pertaubatan yang tulus oleh seorang hamba kepada musuh yang berlaku kejam dan keras kepadanya adalah hal terbaik dan sangat bermanfaat bagi dirinya dan musuhnya. Tanda kebahagiaannya adalah ketika dia melihat dosa dan aib yang ada pada dirinya. Dengan kesadaran seperti itu, maka seluruh perhatiannya terfokus kepada dosanya, perbaikan terhadap dirinya, dan pertaubatan dari dosa-dosanya. Waktunya pun tak tersisa untuk merenungi apa yang tengah menimpa dirinya. Malahan sebaliknya, seluruh waktunya digunakan untuk bertaubat dan memperbaiki diri. Dan tentunya, Allah akan membantunya dan menjaganya. Sungguh dia sangat berbahagia, sungguh dia mendapat keberkahan yang banyak akibat cobaan yang menimpa dirinya, dan sungguh indah dampak dari cobaan itu. Namun demikian taufik dan petunjuk tetap di tangan

Allah. Tidak ada yang bisa mencegah jika Dia memberi, dan tidak ada yang bisa memberi jika Dia mencegah. Dan bukan sembarang orang yang bisa mendapatkan keberuntungan seperti ini, bukan sembarang orang bisa mengetahuinya, bukan sembarang orang yang berkeinginan mendapatkannya, dan bukan sembarang orang pula yang mampu melakukannya. Karena tidak ada daya dan upaya, kecuali dengan bantuan Allah.

Maha Suci Dzat Yang Maha mengampuni walau kami berbuat

salah, dan tetap mengampuni walau hamba selalu berlaku salah. Dia memberi kepada orang yang bersalah, keagungan-Nya tidak mencegah-Nya tuk memberi yang bersalah.

Jangan Tenggelam Dalam Kepribadian Orang Lain

Dalam kehidupan di dunia, manusia melalui tiga fase: fase taklid, fase menyeleksi, dan fase berinovasi. Fase taklid adalah fase meniru orang lain, memakai keperibadian mereka, dan berlaku meniru kelakukan mereka. Munculnya taklid itu karena tumbuh perasaan kagum, bergantung, dan kecenderungan yang sangat kuat dalam diri seseorang. Sikap taklid sering kali membawa orang meniru gerakan, suara, dan yang lainnya. Padahal ini, tanpa disadari, semua merupakan pembunuhan secara paksa terhadap karakter dan sifat diri sendiri. Sungguh mereka itu sangat menderita karena melakukan sesuatu yang sangat berseberangan dengan kecenderungan mereka sendiri. Mereka berjalan mundur. Mereka membiarkan suara aslinya sama dengan suara orang lain, dan meninggalkan cara berjalannya demi meniru cara berjalan orang lain. Seandainya saja yang ditaklid itu sifat-sifat yang terpuji yang akan memperkaya usia hidup dan akan mengangkat status sosial dan yang di sisi Allah, alangkah indahnya. Misalnya, taklid dalam ilmu pengetahuan, dan terhadap kedermawanan orang lain. Namun yang sangat mengherankan adalah bahwa mereka bertaklid sampai dalam *makhraj huruf*, cara bicara, sampai cara memberi isyarat dengan tangan.

Saya ingin menegaskan sekali lagi apa yang pernah saya kemukakan di depan, bahwa Anda adalah makhluk yang unik. Anda akan dikenal lewat sifat dan kemampuan Anda sendiri. Sejak menciptakan Adam hingga nanti mengakhiri perjalanan alam ini, tidak akan ada dua orang yang sama persis dengan yang lain dalam bentuk fisik.

Dan, berlainan bahasamu dan warna kulitmu... **(QS. Ar-Rûm: 22)**

Pertanyaannya kemudian: Mengapa kita ingin sama dengan orang lain dalam sifat, bakat, dan kemampuan?

Sesungguhnya, keindahan suara adalah karena memang tidak sama, dan presentasi yang bagus itu karena Anda memiliki spesifikasi yang sangat berbeda.

Dan, di antara gunung-gunung itu ada garis-garis putih dan mereka yang beraneka macam warnanya dan ada (pula) yang hitam pekat.

(QS. Fâthir: 27)

Orang-orang yang Menderita Menunggu Kebijaksanaan Allah

Seorang khatib yang jempolan tidak pernah kelu lidahnya jika kalimat-kalimat telah keluar deras dari mulutnya untuk menjelaskan sesuatu. Khutbahnya penuh semangat dan terus mengalir deras.

Dia adalah seorang juru khutbah Rasulullah dan kaum muslimin. Itu saja! Dia mengangkat suaranya di dekat Rasulullah untuk membela Islam. Juru khutbah itu adalah Tsabit ibn Qais ibn Syammas. Allah telah menurunkan firman-Nya:

Wahai orang-orang yang beriman, janganlah kamu meninggikan suaramu lebih dari suara Nabi, dan janganlah kamu berkata kepadanya dengan suara keras sebagaimana kerasnya (suara) sebagian kamu terhadap sebahagian yang lain, supaya tidak hapus (pahala) amalmu sedangkan kamu tidak menyadari. **(QS. Al-Hujurât: 2)**

Qais mengira bahwa ayat itu ditujukan kepada dirinya. Dia pun lari menjauhkan diri dari masyarakat, dan bersembunyi di rumahnya sambil menangis. Rasulullah kemudian mencarinya dan menanyakan kepada para sahabatnya ke mana perginya. Sahabat Rasulullah mengabarkan apa yang terjadi, dan Rasulullah pun berkata, "Tidak, sekali-kali tidak. Dia termasuk orang-orang yang akan masuk surga."

Rasa takut yang mencekik itu kini berubah menjadi suka cita.

Kegembiraan telah menghapus duka lama, tidaklah seseorang bersedih

selamanya, pasti senyuman itu akan datang juga.

'Aisyah—ummul mukminin—pernah menangis tiada henti-hentinya, siang malam, selama sebulan. Tangisannya itu seakan mencabik-cabik hatinya dan merontokkan organ tubuhnya. Mengapa? Karena harga dirinya yang mulia dan terhormat itu dicemarkan. Dalam keadaan yang kalut itu, jalan keluar pun muncul dengan diturunkannya firman Allah:

> *Sesungguhnya, orang-orang yang menuduh wanita-wanita yang baik-baik, yang lengah lagi beriman (berbuat zina), mereka kena laknat di dunia dan di akhirat.* **(QS. An-Nûr: 23)**

Aisyah pun memuji Allah, dan namanya yang tercemar itu bersih kembali sebagaimana sebelumnya. Dan, ayat itu bagi kaum mukminin adalah kemenangan yang nyata.

Demikian juga dengan tiga sahabat yang tidak ikut dalam perang Tabuk. Bumi terasa sempit bagi mereka, dada mereka terasa sempit. Mereka mengira bahwa tidak ada lagi tempat berlindung, kecuali kepada Allah. Dan, mereka pun dikeluarkan dari kesempitan dan turun pertolongan dari Yang Maha Mendengar lagi Maha Dekat.

Carilah Pekerjaan yang Menyenangkan

Ibn Taimiyyah pernah berkata, "Saya pernah jatuh sakit. Dokter yang mengobatiku berkata, 'Membaca dan memberi ceramah ilmiah akan membuat sakitmu lebih parah.' Saya katakan kepadanya, '(Tapi) saya tidak tahan untuk menghentikannya. Sekarang saya akan mengkritisi ilmu Anda sendiri, bukankah ketika jiwa bahagia dan gembira, badan menjadi lebih kuat dan tidak mudah terserang pernyakit?' Jawabnya, 'Ya, memang.' Lalu saya katakan lagi kepadanya, 'Akan halnya dengan jiwaku mendapatkan kegembiraan dengan ilmu, dan karenanya tubuh saya menjadi kuat. Saya mendapatkan kebahagiaan di situ.' Jawabnya, '(Tapi) ini di luar kemampuan pengobatan kami'."

> *Janganlah kamu kira bahwa berita bohong itu buruk bagimu, bahkan ia adalah baik bagi kamu.* **(QS. An-Nûr: 11)**

Mungkin saja celaan itu berujung pujian,
mungkin pula karena penyakit, fisik Anda menjadi lebih sehat.

“Kepada masing-masing golongan, baik golongan ini maupun golongan itu kami berikan bantuan.”

Kita sangat membutuhkan ketekunan dan motivasi untuk memacu diri. Dan, itu bisa didapatkan dengan amal salih. Secara naluri, kita akan bahagia pada saat kita bisa membantu dan berbuat baik kepada sesama. Dan secara naluri pula, kita akan merasa bahagia ketika kita menyadari bahwa kita hidup bukan untuk sesuatu yang kosong, yang tanpa tujuan, dan yang tidak serius.

Ketika membuka-buka buku *Al-A'lâm* karangan az-Zarkali banyak nama orang-orang masyhur mulai dari belahan bumi Barat hingga Timur, dengan profesi masing-masing. Mengapa mereka masyhur? Karena mereka orang-orang intelek, berpengaruh, dan menonjol. Dalam pemaparan biografi-biografi mereka, tersiratkan satu hal yang merupakan *sunnatullah* dan janji Allah: bahwa orang yang berbuat secara maksimal untuk kehidupan dunia saja, maka Allah akan memberikan dunia yang mereka inginkan, baik berupa ketenaran, kekayaan, kedudukan, dan lain sebagainya. Sedangkan orang yang berbuat untuk akhirat secara maksimal, maka ia akan mendapatkan yang di dunia sekaligus yang di akhirat. Yakni, manfaat, keridhaan, dan pahala.

> *Kepada masing-masing golongan baik golongan ini maupun golongan itu kami berikan bantuan dari kemurahan Rabb-mu. Dan kemurahan Rabb-mu tidak dapat dihalangi.* **(QS. Al-Isrâ` : 20)**

Dalam buku yang sama juga dituliskan bahwa orang-orang intelek yang telah memberikan kontribusi positif kepada umat manusia dan tidak untuk akhirat—terutama kalangan non muslim—mereka lebih banyak berbuat untuk kebahagiaan orang lain daripada untuk diri mereka sendiri. Tapi akhir kehidupannya sangat mengenaskan. Ada yang mati bunuh diri, ada yang tidak puas dengan kenyataan hidupnya, dan ada pula yang hidup dalam kesengsaraan dan tekanan jiwa.

Kemudian saya bertanya kepada diri saya sendiri: Apa gunanya jika orang lain bahagia, tapi saya sendiri menderita?

Kau buat manusia bahagia namun kau sendiri merana,

lalu kau buat manusia tertawa sementara kau sendiri menangis.

Saya mengerti bahwa Allah telah memberikan kepada mereka apa yang mereka inginkan, karena janji-Nya. Mereka berhasil mendapatkan

hadiah Nobel, sebab memang mereka menginginkannya, dan untuk mendapatkannya mereka mati-matian. Mereka mendapatkan kemasyhuran, sebab memang mereka mencari dan mengobsesikan kemasyhuran. Mereka juga mendapatkan kekayaan karena memang itu yang mereka cari. Tapi ada juga yang mendapatkan pahala dunia dan keindahan ganjaran akhirat: orang-orang yang berusaha mencari karunia dan ridha Allah.

Kepada orang yang mendapatkan kenikmatan melimpah, bahagia, dan teguh memegang *manhaj* dan jalan hidup-Nya, Allah juga memberikan hak yang sama dengan orang yang intelek, masyhur, namun merana karena prinsip hidup dan pemikirannya sendiri.

Dengan keislamannya, seorang penggembala unta di gurun Arab jauh lebih bahagia daripada Tolstoy, si penulis asal Rusia yang terkenal itu. Mengapa? Karena si penggembala itu sangat menikmati hidupnya dengan penuh kebahagiaan dan ketenangan, dan ia tahu ke mana arah dan tujuan hidupnya. Sedangkan Tolstoy selalu tidak puas dengan keinginan dan usahanya, gejolak hatinya tidak pernah bisa dipadamkan dengan apa sebenarnya yang diinginkannya dan ke mana tujuannya nanti.

Bagi kaum muslimin keimanan terhadap *qadha'* dan qadar adalah obat mujarab untuk menyembuhkan kegundahan seperti itu. Seorang bijak bestari mengatakan, "Tak ada orang kafir yang bisa merasakan kebahagiaan dengan *qadha'* dan *qadar*." Hal seperti ini sering saya ulang-ulang, dan itu sengaja karena saya merasakan sendiri bahwa kita terkadang mengimani *qadha'* dan *qadar* ketika hidup kita senang, tapi ketika sulit kita menjadi tidak mengimaninya. Itulah sebabnya, mengapa salah satu yang disyaratkan oleh agama dan perjanjian wahyu itu adalah, *"... dan [kamu] beriman kepada qadar baik dan buruknya, manis dan pahitnya."*

Allah Akan Menunjuki Hati Orang yang Beriman Kepada-Nya

Akan saya paparkan di sini sebuah cerita yang berkaitan dengan *qadha'*, yakni tentang kebahagiaan orang yang mempercayainya dan tentang kebingungan orang yang tidak menerima *qadha'*.

Inilah kisah yang ditulis oleh R.V.C Bodley, seorang penulis terkenal asal Amerika, penulis buku *Wind in the Sahara, The Messengger,* dan empat belas buku lainnya. Pada tahun 1918 dia tinggal di Afrika Barat Laut—hidup bersama orang-orang nomadik (orang yang hidupnya berpindah-

pindah) yang telah memeluk Islam. Mereka adalah orang-orang yang selalu melakukan shalat, berpuasa, dan berdzikir kepada Allah. Si penulis ini membeberkan sebagian pengalamannya bersama mereka.

Dia menuliskan: "Suatu hari badai ganas mengamuk, melemparkan bebatuan gurun, membawanya melewati laut Mediterania, dan jatuh di sungai Rhône di Perancis. Angin itu panas sekali, sampai rambut saya hangus rasanya. Tenggorokan jadi kering dan sangat haus. Mata terasa pedih. Gigi kotor penuh pasir. Rasanya saya berdiri di depan tungku api pabrik gelas. Saya jadi hampir gila karena tidak kuat menahan ganasnya alam. Tetapi orang-orang Arab itu tidak mengeluh. Mereka hanya mengangkat kedua bahunya dan berkata, *"qadhâ`un maktûb* (sudah ditakdirkan begini)".

Begitu badai selesai, mereka pun kembali bekerja melanjutkan pekerjaan mereka dengan semangat. Semua anak kambing yang ada disembelih, karena pasti akan mati terkena efek dari badai itu. Dengan menyembelih semua anak kambing yang ada, mereka berharap dapat menyelamatkan induknya. Setelah penyembelihan anak kambing selesai, kambing yang hidup segera digiring ke selatan untuk diberi minum. Semua ini dilakukan dengan biasa-biasa saja. Mereka sama sekali tidak merasa sedih, mengeluh atau menyesali kerugian yang mereka derita. Kepala suku mereka berkata, 'Kita memang kehilangan harta. Akan tetapi bersyukurlah kepada Allah bahwa empat puluh persen dari kambing-kambing kita masih hidup. Dari jumlah ini kita dapat mulai berternak lagi.'

Saya ingat, pada kesempatan yang lain kami naik mobil menyeberangi padang pasir. Ban mobil kami pecah satu. Sopir lupa menambal ban serep. Jadi kami berada di tengah lautan pasir dengan tiga ban saja. Saya marah dan bingung. Saya tanya pada orang-orang Arab itu, apa yang akan mereka perbuat. Mereka mengingatkan saya bahwa bingung atau marah itu tidak akan pernah menolong, tapi justru akan menambah suasana hati menjadi semakin panas dan pikiran keruh. Mereka mengatakan ban tersebut pecah karena kehendak Allah. Tak ada yang bisa diperbuat. Terpaksa kami meneruskan perjalanan dengan satu ban kempes. Tak lama kami berjalan, mobil berhenti dengan sendirinya, ternyata bensinnya habis. Dengan kejadian ini tak ada satu pun yang marah. Kami tetap tenang. Kami pun meneruskan perjalanan ke tempat tujuan dengan berjalan kaki sambil berdendang gembira.

Setelah tujuh tahun hidup bersama orang-orang Arab, saya menjadi yakin bahwa orang-orang Amerika dan Eropa yang tertekan mentalnya,

sakit jiwa, dan minum minuman beralkohol adalah korban dari kehidupan kota yang selalu ingin serba cepat.

Selama hidup di gurun saya tidak pernah merasa bingung berkepanjangan. Di sana seperti berada di kebun Tuhan, saya menemukan kedamaian, kepuasan hati, dan ketenangan batin. Banyak orang menghinakan pemahaman fatalistis yang dianut oleh orang-orang Arab, dan banyak pula orang yang mencemoohkan kepatuhan mereka terhadap *qadha'* dan *qadar*.

Tapi siapa yang tahu? Bisa jadi orang-orang Arab itu malah berhasil mendapatkan hakikat. Jika saya kembali kepada ingatan di belakang, dan melihat kehidupan saya, jelas bahwa kehidupan itu terdiri dari periode-periode yang saling terpisah satu sama lain. Dan hal itu yang harus saya jalani, tanpa pernah diberi waktu untuk menimbang-nimbang atau untuk menolaknya. Orang-orang Arab menyebut peristiwa-peristiwa seperti ini dengan *qadar*, *qismah*, atau keputusan Allah.

Pendek kata, setelah tujuh belas tahun meninggalkan gurun, saya tahu bahwa saya masih tetap berpegang teguh pada sikap pasrah menghadapi *qadha'* Allah. Dan, saya menghadapi semua kejadian yang tidak mungkin dielakkan dengan damai, penuh kepatuhan, dan tenang. Sikap yang saya dapatkan dari orang-orang Arab ini lebih manjur untuk menenangkan syaraf-syaraf saya ketimbang ribuan obat penenang.

Orang-orang Arab yang hidup di gurun itu mengambil kebenaran ini dari lentera Nabi Muhammad. Inti dari risalah Rasulullah adalah menyelamatkan umat manusia dari kesengsaraan, mengeluarkan mereka dari kegelapan menuju cahaya, menghilangkan debu yang berada di atas kepala mereka, serta menghilangkan beban dan belenggu yang memberatkan. Perjanjian yang menjadi dasar pengutusan Rasulullah mengandung rahasia-rahasia kedamaian dan ketenangan. Di sana ada petunjuk-petunjuk ke arah keelamatan, yakni mengakui *qadha'*, bekerja sesuai dengan dalil, terus berjalan hingga sampai batas, berusaha ke arah keselamatan, dan berjuang mencapai hasil. Risalah *Rabbaniyah* itu sebenarnya turun untuk memberikan batasan yang jelas terhadap posisimu di alam semesta ini. Tujuannya tak lain adalah agar jiwamu tenang, hatimu damai, kegelisahanmu sirna, amalanmu bersih, dan akhlakmu baik. Dengan demikian, Anda menjadi hamba idaman yang memahami apa hikmah di balik keberadaannya dan mengetahui apa tujuan di balik penciptaannya.

Manhaj Kesahajaan

Dan, demikian (pula) Kami telah menjadikan kamu (umat Islam), umat yang adil dan pilihan. **(QS. Al-Baqarah: 143)**

Kebahagiaan itu ada dalam sikap bersahaja, bukan dalam sikap melampaui batas. Dan, bukan pula dalam sikap ogah-ogahan, sikap terlalu berlebihan dan melalaikan. Kesahajaan adalah *manhaj Rabbani* yang akan mencegah seorang hamba agar tidak terjebak ke dalam dua sisi yang sangat ekstrim itu. Dan, karakteristik Islam sendiri adalah sebagai agama yang bersahaja, yang menengahi Yahudi dan Kristen. Agama Yahudi membawa ilmu namun meniadakan amal, dan Kristen berlebihan dalam ibadah namun mengabaikan dalil. Maka, datanglah Islam dengan ilmu dan amal, dengan ruh dan jasad, dan dengan akal dan teks sekaligus.

Bersikap bersahaja akan membuat Anda bahagia. Bersahaja dalam ibadah berarti jangan terlalu berlebihan, karena sikap seperti itu hanya akan merusak fisik, memadamkan kobaran semangat dan ketahanan dalam bekerja. Dan, jangan bersikap ogah-ogahan, karena kemudian Anda akan cenderung menjauhi hal-hal yang bersifat *nafilah*, mengabaikan yang fardhu, dan hanya bergantung pada harapan-harapan kosong. Bersahaja dalam berinfak berarti jangan menghambur-hamburkan harta, sehingga kemudian Anda menjadi orang merana. Namun, jangan pula terlalu banyak perhitungan dan kikir terhadap apa yang Anda miliki, sehingga Anda menjadi tercela dan dijauhkan dari rahmat Allah. Bersahaja dalam berakhlak berarti bersikap di antara ketegasan yang melampaui batas dan kelembekan yang tidak berdaya, antara kemuraman hati yang kelewatan dan tertawa yang terpingkal-pingkal, antara mengucilkan diri hingga tak kenal lingkungan dan berbaur dengan masyarakat hingga lupa segalanya.

Bersahaja dalam menyikapi masalah, menilai sesuatu, dan bergaul dengan orang lain, sebaiknya jangan berlebihan, sehingga justru meringankan timbangan nilai; tidak mengabaikan, hingga pokok kebaikannya tak tersentuh. Berlebihan adalah pemborosan dan foya-foya, sedangkan mengabaikan adalah kering:

Maka Allah memberi petunjuk orang-orang yang beriman kepada kebenaran tentang hal yang mereka perselisihkan itu dengan kehendak-Nya. Dan, Allah selalu memberi petunjuk orang yang dikehendaki-Nya kepada jalan yang lurus. **(QS. Al-Baqarah: 213)**

Sebenarnya kebaikan itu berada di antara dua keburukan: antara sikap berlebihan dan sikap mengabaikan. Kebaikan itu berada di antara dua kejahatan: antara yang berlebihan dan yang tidak sama sekali. Kebenaran juga terletak di antara dua kebatilan: antara kebatilan karena melebih-lebihkan, dan kebatilan karena enggan. Kebahagiaan itu terletak di antara dua kesengsaraan: antara kesengsaraan sebagai akibat bertindak tanpa perhitungan dan kesengsaraan sebagai akibat terlalu takut berbuat.

Bukan yang Ini dan Bukan Pula yang Itu

Mutharrif ibn Abdullah mengatakan, "Seburuk-buruk perjalanan adalah *haqhaqah." Haqhaqah* adalah berkendara dengan semangat yang meledak-ledak, hingga saking semangatnya justru membahayakan diri dan kendaraannya. Disebutkan dalam hadits: *"Seburuk-buruk pemimpin adalah al-huthamah." Al-Huthamah* adalah orang yang serampangan memimpin keluarga dan orang yang oleh Allah diserahi pengaturannya.

Sebenarnya, yang disebut kesantunan itu terletak diantara sikap yang terlalu keras dan terlalu dungu; senyuman itu terletak di antara kemuraman hati dan tertawa, serta sabar itu terletak di antara perasaan yang terlalu keras dan terlalu takut. Sikap berlebihan itu bisa dimatikan dengan menekan sikap yang berlebihan itu, dan memadamkan sesuatu yang membakar dan membara itu. Sedangkan hati lalai itu bisa diobati dengan cara melecut semangat dan membakar harapan yang ada di hati.

> *Tunjukilah kami jalan yang lurus. Jalan orang-orang yang Kamu beri nikmat atas mereka dan bukan jalan orang-orang yang Engkau murkai bukan pula jalan orang-orang yang sesat.* **(QS. Al-Fâtihah: 6-7)**

Rehat

Tidak ada yang lebih sulit di dunia ini dibandingkan sabar. Sabar di sini bisa berarti sabar terhadap yang dicintai, dan sabar terhadap yang tidak disukai. Sabar diperlukan dalam melakukan sesuatu yang sangat panjang masanya, atau ketika terjebak dalam putus asa karena sudah buntu. Untuk menjalani masa yang panjang itu dibutuhkan bekal yang cukup, agar bisa menyelesaikan perjalanan itu sampai tujuan. Dan, bekal itu sendiri bermacam-macam, diantaranya:

1. Menimbang kadar ujian itu, yang bisa jadi akan lebih besar dari yang dibayangkan.
2. Membayangkan bahwa di atas ujian itu ada yang lebih besar lagi. Misalnya, diuji dengan kehilangan anak. Ternyata, ada ujian yang lebih berat dari kehilangan anak.
3. Mengharapkan ganti di dunia.
4. Membayangkan pahala yang akan diperoleh di akhirat.
5. Menikmati pujian dengan menggambarkannya datang dari sesama dan diarahkan kepadanya, dan yakin bahwa pahala akan datang dengan sendirinya dari Allah.
6. Kesedihan itu sama sekali tidak berguna, bahkan hanya akan memperburuk keadaan.

Masih banyak lagi hal-hal yang dijauhi oleh akal dan pikiran. Tak ada jalan menuju kesabaran, selain memberikan sesuatu yang tidak dikehendaki oleh akal dan pikiran itu. Itu artinya, orang yang sabar harus menyibukkan diri dengan hal-hal seperti itu dan menghabiskan saat-saat ujiannya dengannya.

Siapa Para Wali Allah Itu Sebenarnya?

Wali-wali Allah itu adalah orang-orang yang memiliki di antaranya sifat-sifat berikut: menunggu adzan dengan penuh kerinduan, datang lebih awal sebelum *takbiratul ihram* sebagai tanda shalat dimulai, menyesal jika tidak berada di *shaff* pertama, berusaha untuk selama mungkin duduk di masjid, hatinya bersih, tampak pada dirinya tanda-tanda sunah, banyak berdzikir, menciptakan suasana yang halal, meninggalkan sesuatu yang tidak bermanfaat, puas dengan kebutuhan hidup yang paling dasar, memanfaatkan seluruh masa hidupnya untuk mempelajari wahyu baik dari al-Qur'an maupun sunah, penampilan muka yang selalu berbinar, turut merasakan musibah yang menimpa sesama muslimin, meninggalkan masalah-masalah *khilafiyah*, sabar dalam menghadapi kesulitan, dan optimal dalam melakukan yang *ma'ruf.*

Kesahajaan dalam hidup adalah hal terbaik, tidak memiliki kekayaan yang membuatnya kelewat batas dan tidak pula fakir sampai-sampai membuatnya lupa akan Allah. Tapi cukuplah yang bisa memenuhi kebutuhan, memenuhi tuntutan kesehatan, dan memenuhi tujuan hidup. Seperti itulah hidup yang memberikan dampak yang agung, dan makanan yang memberikan faedah paling baik.

Standar kecukupan di sini adalah rumah untuk tempat tinggal, seorang istri yang bisa memberikan keteduhan, kendaraan yang baik, dan harta yang cukup untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari.

"Allah Maha Baik terhadap hamba-hamba-Nya."

Seorang yang terpandang di kota Riyadh, Arab Saudi, mengabarkan pada saya bahwa pada tahun 1376 H ada sekelompok pelaut penduduk wilayah Jabil pergi melaut. Mereka bermaksud untuk menangkap ikan. Selama tiga hari tiga malam, mereka tidak mendapatkan seekor ikan pun. Dan, mereka pun tidak meninggalkan shalat lima waktu. Pada saat yang sama, ada sekelompok orang yang juga menangkap ikan, tapi mereka ini sama sekali tidak pernah bersujud kepada Allah, tidak pernah melakukan satu shalat pun. Tetapi, mereka mendapatkan ikan yang banyak. Kelompok yang pertama berkata, "*Sub<u>h</u>ânallâh*, kita shalat tapi tidak berhasil menangkap seekor ikan pun. Sementara mereka yang tidak pernah bersujud kepada Allah, lihatlah hasil tangkapannya."

Kemudian dia mengambil sebuah mutiara dan melemparkannya ke tengah laut. Dia berkata, "Semoga Allah menggantinya dengan yang lebih baik. Demi Allah saya tidak akan pernah mengambilnya, karena ini Allah berikan tatkala kita melakukan maksiat kepada-Nya dengan meninggalkan shalat. Marilah kita sekarang beranjak dari tempat dimana kita melakukan maksiat kepada Allah di dalamnya."

Setan pun membisikkan kepada mereka untuk meninggalkan shalat. Dan bersambut, mereka pun tidak shalat Shubuh, lalu Zhuhur pun ditinggalkan, juga 'Ashar. Setelah 'Ashar mereka ke laut lagi dan ternyata berhasil menangkap seekor ikan. Mereka mengangkat ikan itu dan membelah perutnya. Ternyata di dalam perut ikan itu terdapat mutiara yang sangat mahal harganya. Salah seorang dari mereka mengambil mutiara itu, membolak-baliknya, dan mengamatinya. Dan, dia pun berkata, "*Sub<u>h</u>ânallâh*, pada saat kita taat kepada Allah, kita tidak mendapatkan apa-apa. Namun ketika kita durhaka kepadanya kita justru berhasil. Sesungguhnya, rezeki yang kita peroleh ini tidak wajar."

Mutiara itu dilemparkannya ke laut, seraya berkata, "Allah akan menggantinya. Demi Allah, aku tidak akan mengambilnya karena kita telah berhasil setelah kita meninggalkan shalat. Marilah kita meninggalkan tempat ini, yang telah membuat kita durhaka kepada Allah." Setelah tiga mil jauh-

nya mereka meninggalkan tempat itu, mereka berhenti dan mendirikan kemah. Dan, mereka pun pergi ke laut untuk kedua kalinya. Mereka berhasil menangkap ikan *Kun'ud*. Perut ikan itu dibelah, dan ternyata di dalam perut ikan itu ada mutiara. Mereka berkata, "Segala puji bagi Allah yang telah memberikan rezeki yang baik kepada kita." Ini didapatkan setelah mereka kembali shalat, berdzikir kepada Allah, dan minta ampunan kepada Allah. Dan, mereka pun mengambil mutiara itu.

Lihatlah, bagaimana keadaan mereka sebelumnya pada saat durhaka kepada Allah. Rezeki yang mereka dapatkan kotor. Kemudian setelah mereka dalam ketaatan, rezeki yang kotor itu berubah menjadi harta yang baik.

> *Jikalau mereka sungguh-sungguh ridha dengan apa yang diberikan Allah dan Rasul-Nya kepada mereka, dan berkata: "Cukuplah Allah bagi kami, Allah akan memberikan kepada kami sebahagian dari karunia-Nya dan demikian (pula) Rasul-Nya, sesungguhnya kami adalah orang-orang yang berharap kepada Allah", (tentulah yang demikian itu lebih baik bagi mereka).*
>
> **(QS. At-Taubah: 59)**

Ini semua adalah kebaikan Allah. Barangsiapa meninggalkan sesuatu karena Allah, maka Allah akan menggantikan sesuatu yang lebih baik dari yang ditinggalkannya itu.

Kisah ini mengingatkan saya pada kisah yang terjadi pada Ali ibn Abi Thalib. Suatu saat Ali masuk Masjid Kufah untuk melakukan dua rakaat Dhuha. Didapatinya seorang anak di depan pintu masjid. "Wahai anak muda, jagalah bighalku (jenis binatang campuran antara kuda dan keledai) sampai aku selesai shalat," pinta Ali kepada anak remaja itu, dan masuk masjid. Dalam hatinya terbetik niatan untuk memberikan satu dirham kepada anak yang telah menjaga bighalnya itu sebagai imbalan.

Ketika Ali keluar dari masjid, dia tidak lagi mendapati anak remaja tadi dan bighal miliknya tidak dalam keadaan terikat. Ternyata, ketika Ali sedang shalat, anak remaja itu mengambil tali kekang bighal itu, dan membawanya ke pasar untuk dijual. Maka diperintahkannya seseorang untuk mencari jejak pemuda tersebut. "Pergilah ke pasar, mungkin dia sedang menjual tali kekang itu di sana," perintah Ali kepada orang itu.

Orang itu pun pergi menuju pasar, dan benar bahwa ia mendapatkan pemuda tadi sedang menawarkan tali kekang bighal milik Ali. Orang utusan Ali itu pun membelinya dengan uang satu dirham, dan dibawa pulang untuk menemui Ali. Kata Ali, "*Subhânallâh,* saya telah berniat

memberikan satu dirham yang halal kepadanya, namun Allah tidak suka, kecuali memberikan satu dirham yang haram."

Kebaikan Allah itu akan selalu mengikuti hamba-hamba-Nya ke mana pun mereka berada dan pergi.

Kamu tidak berada dalam suatu keadaan dan tidak membaca suatu ayat al-Qur'an dan kamu tidak mengerjakan suatu pekerjaan, melainkan Kami menjadi saksi atasmu di waktu kamu melakukannya. Tidak luput dari pengetahuan Rabb-mu biar pun sebesar zarrah (atom) di bumi dan di langit.

(QS. Yûnus: 61)

Allah Memberi Rezeki dari Arah yang Tak Disangka-sangka

At-Tanûkhi dalam bukunya *Al-Faraj ba'dasy-Syiddah,* menuliskan cerita yang sesuai dengan bahasan kita kali ini. Ada seorang lelaki yang sedang buntu, semua pintu rezeki tertutup baginya. Bahkan, suatu hari dia dan keluarganya tidak makan karena tidak ada apa-apa di rumahnya. Katanya, "Pada hari pertama, saya dan keluarga saya kelaparan. Pada hari kedua, juga sama. Tatkala matahari hampir tenggelam istri saya berkata pada saya, 'Pergilah kamu, pergi dan carilah rezeki buat kami atau apa saja yang bisa dimakan, sebab kali ini kita hampir mati'." Saya pun teringat kepada seorang wanita kerabat dekat saya. Saya ceritakan perihal yang sedang kami alami. Wanita itu berkata, "Tapi di rumah tidak ada apa-apa selain ikan yang telah busuk ini." Kata saya, "Berikan itu kepada kami sebab kami hampir mati kelaparan." Ikan itu saya bawa, dan membelah perutnya. Ternyata di dalam perut ikan itu terdapat mutiara. Mutiara itu saya jual seharga seribu dinar. Hal itu, kemudian, saya beritahukan kepada wanita kerabat saya tadi. Kata dia, 'Saya tidak akan mengambil apa-apa kecuali bagian saya.' Setelah itu saya menjadi kaya. Rumah saya lengkapi dengan perabotan, kehidupanku mulai membaik, dan jalan rezekiku menjadi semakin lapang. Ini semua adalah kebaikan Allah *Subhânahu wa Ta'âlâ*, tidak lain."

Dan, apa saja nikmat yang ada pada kamu, maka dari Allah-lah (datang)-nya. **(QS. An-Nahl: 52)**

(Ingatlah), ketika kamu memohon pertolongan kepada Rabb-mu, lalu diperkenankan-Nya bagimu. **(QS. Al-Anfâl: 9)**

"Dan, Dialah yang menurunkan hujan."

Seorang ahli ibadah yang mulia pernah bercerita kepada kami bahwa suatu saat dia bersama dengan keluarganya sedang berada di padang pasir, jauh dari desa. Katanya, "Ternyata kami kehabisan air. Lalu saya mencari air untuk keluargaku. Ternyata kolam pun telah kering, dan saya pun kembali kepada mereka. Kami mencari air ke mana-mana, tapi tidak mendapatkan setetes pun. Kami kehausan. Anak-anak saya sangat membutuhkan air. Maka, saat itulah aku ingat *Rabb* Yang Maha Kuasa, Yang Maha Dekat dan Mengabulkan doa. Maka saya bangkit dan bertayamum. Lalu saya menghadap kiblat dan shalat dua rakaat. Kemudian saya mengangkat tangan dan menangis. Air mata saya mengalir deras, dan dengan sepenuh hati saya memohon kepada Allah. Saya ingat firman Allah:

> *Atau siapakah yang memperkenankan (doa) orang yang dalam kesulitan apabila ia berdoa kepada-Nya.* **(QS. An-Naml: 62)**

Demi Allah, saat saya bangun dari duduk, tidak ada awan maupun awan di langit. Tapi tiba-tiba segumpal awan berada di atasku, berhenti, dan kemudian menurunkan air. Kolam-kolam yang ada di sekitar kami, di kanan dan kiri kami, penuh terisi. Kami pun minum, mandi, dan berwudhu. Kami memuji Allah atas karunia-Nya. Kemudian kami berjalan sedikit ke arah belakang dari tempat kami berada. Ternyata, di sana tetap kering kerontang. Dari situ saya tahu bahwa Allah menurunkan hujan karena mengabulkan doa saya. Dan, sekali lagi saya memuji Allah:

> *Dan, Dialah Yang menurunkan hujan sesudah mereka berputus asa dan menyebarkan rahmat-Nya. Dan, Dialah Yang Maha Pelindung lagi Maha Terpuji."* **(QS. Asy-Syûra: 28)**

Sungguh kita harus meminta secara terus menerus kepada Allah. Sebab hanya Allah lah yang memperbaiki jiwa, memberi rezeki, memberi hidayah, memberi kenikmatan, mengokohkan tekad, membantu dan menolong. Allah menyebutkan salah seorang Nabi-Nya:

> *Dan, Kami jadikan istrinya dapat mengandung. Sesungguhnya mereka adalah orang-orang yang selalu bersegera dalam (mengerjakan) perbuatan-perbuatan yang baik dan mereka berdoa kepada Kami dengan harap dan cemas. Dan mereka adalah orang-orang yang khusyu' kepada Kami.*
> **(QS. Al-Anbiyâ` : 90)**

Allah Akan Menggantikan yang Hilang Dengan yang Lebih Baik

Ibn Rajab pernah bercerita tentang seorang ahli ibadah yang sedang berada di Makkah. Dia kehabisan bekal dan kelaparan. Tubuhnya limbung. Ketika sedang berjalan di salah satu gang di kota Makkah dia mendapatkan sebuah kalung yang sangat mahal harganya. Diambilnya kalung itu dan dimasukkannya ke dalam saku, lalu pergi ke Masjidil Haram. Tiba-tiba ada seorang lelaki yang mengumumkan bahwa dirinya telah kehilangan kalung. Orang yang kehilangan kalung itu menjelaskan bagaimana bentuk kalung yang hilang itu. Ternyata semua keterangan yang dia sampaikan mengacu kepada kalung yang ditemukan orang tersebut. "Saya berikan kalung itu kepadanya namun dengan syarat memberikan imbalan kepada saya. Kalung itu pun diambilnya, dan pergi begitu saja tanpa ucapan terima kasih, atau dengan memberikan satu dirham, sepatah kata, maupun dengan memberikan apa saja. Ya Allah, aku biarkan semua itu untuk-Mu, maka gantilah untukku sesuatu yang lebih baik darinya," kata orang yang menemukan kalung itu.

Kemudian dia pergi ke laut, dan menumpang sebuah perahu. Setelah di laut, tiba-tiba angin bertiup kencang sekali, dan perahu yang ditumpanginya itu pun karam. Akhirnya dia mengapung-apung di atas air dengan sebatang kayu yang dimainkan angin ke kiri dan ke kanan, hingga akhirnya terdampar di sebuah pulau. Ia kemudian turun ke daratan. Di pulau itu dia mendapatkan sebuah masjid dan orang-orang yang sedang melakukan shalat, dia pun kemudian ikut shalat bersama mereka.

Di masjid itu ia menemukan lembaran-lembaran kertas yang setelah dibacanya ternyata ayat-ayat al-Qur'an. Salah seorang dari mereka bertanya kepadanya, "Apakah Anda sedang membaca al-Qur'an?"

"Ya," jawab orang itu. Kemudian penduduk pulau itu berkata, "Ajarilah anak-anak kami al-Qur`an." Dia pun setuju untuk mengajarkan al-Qur`an kepada mereka dengan dibayar.

Kemudian dia menuliskan tulisan Arab, dan orang itu pun bertanya lagi, "Apakah Anda bisa mengajari anak-anak kami tulis-menulis?"

Jawabnya, "Ya." Maka dia pun mengajari anak-anak mereka dengan menerima bayaran.

Orang-orang di pulau itu kemudian bercerita bahwa di tempat itu ada seorang perempuan yatim, anak dari seseorang yang sangat baik. Kini orang tuanya meninggal dunia. "Apakah Anda mau menikahinya?" tanya orang-orang itu kemudian.

Dia menjawab, "Tidak apa-apa." Dan, dia pun akhirnya menikah dengan perempuan yatim tersebut. Ketika masuk ke kamarnya, di hari pertama, dia melihat kalung yang pernah dia temukan itu melingkar di leher istrinya itu.

Maka ia pun bertanya, "Bagaimana kisah tentang kalung ini?" Si istri itu pun kemudian bercerita. Dalam cerita itu disebutkan bahwa ayah-nya suatu waktu pernah menghilangkannya di Makkah. Kata si ayah ke-padanya, kalung ini ditemukan oleh seorang laki-laki yang kemudian diserahkan begitu saja kepadanya. Sepulang dari Makkah, si ayah selalu berdoa dalam sujudnya semoga Allah mengaruniakan suami buat anak perempuannya seperti laki-laki yang menemukan kalung itu. Di akhir ceritanya, si suami menyergah, "Sayalah laki-laki itu."

Sekarang, kalung itu berada di sisi laki-laki itu dengan status halal. Dia telah meninggalkan sesuatu karena Allah, maka Allah pun mengganti-kannya dengan yang lebih baik. *"Sesungguhnya Allah itu baik dan tidak me-nerima kecuali sesuatu yang baik."* **(Al-Hadîts)**

Jika Anda Memohon, Memohonlah Kepada Allah

Kebaikan Allah sangatlah dekat. Dia Maha Mendengar lagi Maha Mengabul-kan doa. Kitalah yang banyak lalai. Sebenarnya, secara naluri, kita sangat membutuhkan untuk selalu meminta dan berdoa kepada-Nya, tidak boleh bosan, dan tidak boleh jemu. Jangan sampai kita mengatakan, "Saya sudah berdoa, sudah berdoa, tapi Allah tidak mengabulkan."

Tapi, kita harus menempelkan wajah kita ke tanah, seraya berseru, *"Yâ dzal jalâli wal-Ikrâm."* Kemudian kita mulai menyebut nama-nama Allah yang indah itu dan sifat-sifat-Nya yang mulia, hingga Allah mengabulkan permintaan kita, atau memilihkan yang terbaik bagi kita.

> *Berdoalah kepada Rabb-mu dengan berendah diri dan suara yang lembut.* **(QS. Al-A'râf: 55)**

Salah seorang dai menyebutkan dalam berbagai tulisannya bahwa ada seorang muslim bersama keluarganya pergi ke sebuah negeri untuk meminta suaka politik (perlindungan politik). Dia meminta agar dirinya diberi hir waktu malam. Kemudian, berdoalah kepada *Rabb*. Sebab yang memberi kegampangan itu hanyalah Allah."

Ini sesuai dengan hadits Rasulullah: *"Jika engkau meminta, maka mintalah pada Allah. Jika engkau minta pertolongan, maka mintalah pertolongan kepada Allah. Ketahuilah, bahwa jika semua manusia berkumpul untuk memberikan manfaat kepadamu dengan sesuatu mereka tidak akan mampu memberikan manfaat kepadamu dengan sesuatu, kecuali yang telah Allah tetapkan untukmu."*

Kata orang muslim itu, "Benar. Saya tidak lagi pergi ke mana-mana meminta bantuan orang lain. Setelah peristiwa itu, setiap malam, pada sepertiga terakhir, saya selalu shalat sebagaimana dianjurkan oleh orang *'alim* tadi. Pada pagi harinya, saya berdzikir kepada Allah dan berdoa kepada-Nya. Beberapa hari berikutnya, saya buat surat permohonan biasa untuk meminta kewarganegaraan, dan tanpa menggunakan perantara siapa pun saya kirimkan surat itu. Hanya dalam beberapa hari kemudian saya terkejut sekali di rumah, karena saya dipanggil untuk mendapatkan kewarganegaraan. Keadaan saya saat itu benar-benar terpepet."

Detik-detik yang Sangat Berharga

At-Tanûkhi mengatakan, "Seorang menteri di Baghdad telah berlaku lalim terhadap kekayaan seorang wanita tua. Hartanya dirampas dan semua hak wanita itu dirampok. Tapi si wanita itu dengan berani mengadukan kelaliman itu kepada menteri dimaksud sambil menangis dan memprotes kekejamannya. Sang menteri sama sekali tak bergeming dan tak menyadari kekejamannya terhadap si wanita. Wanita itu kemudian mengancam, 'Jika engkau tidak menyadarinya juga, aku akan memohon kepada Allah agar engkau celaka.' Menteri itu malah tertawa terkekeh-kekeh dan mengejek wanita itu seraya berkata dengan angkuh, 'Berdoalah di sepertiga akhir malam.' Wanita itu pun pergi meninggalkannya. Setiap hari, pada sepertiga malam terakhir, ia selalu berdoa. Tak berapa lama kemudian, menteri itu ditangkap dan diadili, dan seluruh hartanya disita. Ia diikat di tengah pasar dan dicambuk sebagai hukuman *ta'zir* atas kejahatannya kepada rakyat. Pada saat itu si wanita tua lewat, dan melihat siapa yang diikat. Katanya, 'Engkau benar. Engkau telah menganjurkan kepadaku untuk berdoa di sepertiga malam terakhir, dan terbukti sepertiga terakhir malam itu memang waktu paling baik'."

Sepertiga malam itu sangat mahal dalam kehidupan kita, sangat berharga. Sebab saat itulah *Rabb* Yang Maha Mulia berfirman: *"Adakah seseorang yang meminta (kepada-Ku), maka akan Aku berikan apa yang dia minta. Adakah*

orang yang meminta ampun (kepada-Ku), sehingga Aku ampuni dia, dan adakah orang yang berdoa (kepada-Ku) lalu Aku kabulkan doanya?"

Sedari remaja, dan dari sekian banyak cerita yang pernah saya dengar, ada sebuah peritiwa yang sangat membekas dalam hidup yang tidak mungkin saya lupakan. Yang saya rasakan saat itu adalah bahwa tak ada yang lebih dekat daripada Dzat Yang Maha Dekat, yang memiliki jalan keluar, pertolongan, dan kebaikan.

Ceritanya begini, waktu itu saya bersama sejumlah penumpang lainnya terbang dari Abha menuju Riyadh, bertepatan dengan pecahnya Krisis Teluk. Di dalam pesawat yang sedang terbang itu, dikabarkan kepada seluruh penumpang bahwa pesawat akan kembali ke bandara Abha karena ada kerusakan. Kami pun kembali ke Abha, dan kru memperbaiki pesawat. Setelah kerusakan diperbaiki, kami terbang lagi. Namun ketika kami sudah mendekati Riyadh, roda pesawat tak mau keluar. Selama satu jam, pesawat hanya berputar-putar di atas kota Riyadh. Pilot telah berusaha melakukan pendaratan sebanyak sepuluh kali namun setiap kali sudah dekat ke landasan dan berusaha mendarat selalu gagal, dan pesawat pun terbang lagi. Saat itu kami panik, dan banyak di antara kami yang sudah pasrah. Para penumpang wanita menangis. Saya lihat air mata mengalir deras di pipi. Kini kami berada di antara langit dan bumi menunggu kematian yang bisa lebih cepat dari kerdipan mata. Teringat olehku segalanya, namun tak ada yang lebih baik dari amal salih. Hati saya segera tertuju kepada Allah dan alam akhirat. Dan, dunia menjadi sangat tidak berharga. Saat itu yang selalu keluar dari bibir kami adalah: *Lâ Ilâha illallâh wahdahu lâ syarîkalah lahul mulk wa lahul hamd wa huwa 'alâ kulli syai`in qadîr* (Tidak ada *Ilah* selain Allah, satu-satunya, tiada sekutu bagi-Nya, kepunyaan-Nya semua kerajaan dan pujian, Dia Maha Kuasa atas segala sesuatu). Kalimat ini meluncur dengan jujur dari bibir kami. Seorang syaikh yang sudah berumur berdiri dan berseru kepada seluruh penumpang untuk meminta perlindungan kepada Allah, berdoa kepada-Nya, memohon ampunan-Nya, dan bertobat atas segala kesalahannya.

Allah sendiri telah menjelaskan tentang sifat manusia,

> *Maka, tatkala mereka naik kapal mereka mendoa kepada Allah dengan memurnikan ketaatan kepada-Nya.* **(QS. Al-'Ankabût: 65)**

Kami pun berdoa kepada Dzat Yang Mengabulkan doa orang yang dalam keadaan terjepit, seperti yang dilakukan oleh orang yang terjepit. Kami betul-betul khusyu' dalam berdoa. Tak berapa lama, pada usaha yang kesebelas dan kedua belas kami bisa mendarat dengan selamat. Ketika

turun dari pesawat kami seperti baru saja keluar dari kuburan. Jiwa kami kembali seperti sedia kala, air mata sudah mengering, dan senyuman kembali mengembang. Sungguh agung kebaikan Allah Yang Maha Suci dan Maha Tinggi itu.

Berapa banyak kita memohon kepada Allah saat bahaya menimpa, namun tatkala bencana itu hilang kita melupakan-Nya.

Di lautan kita berdoa kepada-Nya agar kapal kita selamat,

namun ketika sudah kembali ke darat kita durhaka kepada-Nya.

Kita menaiki angkasa dengan aman dan santai,

tidak jatuh karena yang menjaga adalah Allah.

Semua ini adalah kebaikan dan bantuan Yang Maha Pencipta.

Siapa di Antara Kita yang Memiliki Waktu Terbatas?

Surat kabar *Al-Qashîm*—sebuah koran yang telah lama terbit di Saudi—menyebutkan bahwa seorang pemuda di Damaskus telah bersiap-siap untuk melakukan perjalanan. Dia memberi tahu ibunya bahwa waktu *take off* pesawat adalah jam sekian. Ibunya diminta untuk membangunkannya jika telah dekat waktunya. Pemuda itu pun tidur. Sementara itu si ibu mengikuti berita cuaca dari radio yang menjelaskan bahwa angin bertiup kencang dan langit sedang mendung. Sang ibu merasa sayang terhadap anak satu-satunya itu. Karenanya, dia tidak membangunkan anaknya dengan harapan dia tidak jadi pergi pada hari itu, lantaran cuaca sangat tidak mendukung itu. Dia takut akan terjadi peristiwa yang tidak diinginkan. Ketika dia sudah yakin bahwa waktu perjalanan telah lewat, dan pesawat telah tinggal landas, ibu tersebut membangunkan anaknya. Ternyata si anak telah meninggal di tempat tidurnya.

Katakanlah: "Sesungguhnya kematian yang kamu lari daripadanya, maka sesungguhnya kematian itu akan menemui kamu, kemudian kamu akan dikembalikan kepada (Allah), yang mengetahui yang gaib dan yang nyata, lalu Dia beritakan kepadamu apa yang telah kamu kerjakan." **(QS. Al-Jumu'ah: 8)**

Yang lari dari kematian, akan menemukan kematian itu sendiri. Kalangan awam sendiri mengatakan, "Orang yang akan selamat di tengah lautan pasti menemukan jalan."

Jika ajal manusia telah tiba, apa pun bisa membunuhnya.

Kisah-kisah Kematian

Syaikh Ali ath-Thanthawi dalam sebuah siaran radio dan televisinya mengabarkan bahwa di negeri Syam ada seorang laki-laki yang memiliki sebuah mobil truk *Lorie*. Ketika mobil itu dijalankan, tanpa diketahuinya di atas badan mobil itu ada orang. Mobil itu mengangkut peti yang sudah siap untuk menguburkan mayat. Sedangkan di dalam peti itu terdapat kain yang bisa digunakan sewaktu-waktu dibutuhkan. Tiba-tiba hujan turun dan air mengalir deras. Orang itu pun bangun dan masuk ke dalam peti, dan membungkus dirinya dengan kain yang ada di dalam peti. Kemudian di tengah jalan ada seorang yang lain naik menumpang ke bak mobil itu di samping keranda. Dia tidak tahu bahwa di dalam peti itu ada orang. Hujan belum berhenti. Orang yang kedua ini mengira bahwa dirinya hanya sendirian di dalam bak mobil itu. Tiba-tiba dari dalam peti ada tangan terjulur (untuk memastikan apakah hujan sudah berhenti atau belum). Ketika tangan itu terjulur, kain yang membungkusnya juga ikut terjulur keluar. Si penumpang itu kaget dan takut bukan kepalang. Dia mengira bahwa mayat yang ada di dalam peti itu hidup kembali. Karena takutnya, dia terjungkal dari mobil dengan posisi kepala di bawah. Dan, mati.

Demikianlah Allah menentukan kematian orang itu dengan cara seperti ini.

Segala sesuatu sesuai dengan qadha' dan qadar,

dan kematian adalah sebaik-baik pelajaran.

Yang selalu harus diingat oleh seorang hamba adalah bahwa dia sedang membawa kematian, bahwa dia sedang berjalan menuju kematian, dan bahwa dia sedang menunggu kematian itu entah akan datang pagi atau sore. Sungguh indah ungkapan Ali ibn Abi Thalib, "Sesungguhnya kematian terus mendekati kita, dan dunia terus meninggalkan kita. Maka, jadilah kalian anak-anak akhirat dan janganlah kalian menjadi anak-anak dunia. Sesungguhnya, hari ini adalah beramal dan tidak ada hisab, dan esok adalah hisab dan tidak ada lagi beramal."

Ungkapan Ali ini mengingatkan kita, bahwa manusia harus selalu siap siaga, memperbaiki keadaannya, memperbaharui taubatnya, dan me-

ngetahui bahwa dia sedang berhubungan dengan *Rabb* Yang Maha Mulia, Kuat, Agung, dan Baik.

Kematian itu tidak pernah meminta izin kepada siapa saja, tidak pernah pilih kasih kepada siapa saja, dan tidak pernah merajuk. Kematian itu tidak pernah memberikan aba-aba terlebih dahulu.

> *Dan, tiada seorang pun yang dapat mengetahui (dengan pasti) apa yang akan diusahakannya besok. Dan tiada seorang pun yang dapat mengetahui di bumi mana dia akan mati.* **(QS. Luqmân: 34)**

"... yang tiada dapat kamu minta mundur daripadanya barang sesaat pun dan tidak (pula) kamu dapat meminta supaya diajukan."

Masih dari siaran Ath-Thanthawi, dikatakan bahwa sebuah bus penuh sesak dengan penumpang. Sopirnya selalu menoleh ke kiri dan kanan, dan secara tiba-tiba sopir itu menghentikan bus itu. Para penumpang pun bertanya, "Mengapa engkau menghentikan bus ini?" Sopir itu menjawab, "Saya berhenti untuk menghampiri orang tua yang melambai-lambaikan tangannya hendak menumpang bersama kita."

Para penumpang jadi bertanya-tanya, "Kami tidak melihat siapa-siapa."

Tapi sopir itu melihatnya, "Lihat (itu) dia."

Mereka tetap bingung, "Kami tidak melihat seorang pun."

Sopir itu pun kembali berkata, "Kini dia datang untuk naik bersama kita." Semua penumpang berkata, "Demi Allah, kami tidak melihat siapa-siapa." Dan secara tiba-tiba pula sopir itu mati terduduk di atas kursinya.

Kematiannya sangat tiba-tiba, dan begitulah jalan kematiannya.

> *Maka, apabila telah datang waktunya mereka tidak dapat mengundurkannya barang sesaat pun dan tidak (pula) memajukannya.* **(QS. Al-A'râf: 34)**

Manusia itu sangat pengecut terhadap hal-hal yang menakutkan, dan merasa hatinya hampir copot ketika mendengar kematian disebutkan, namun tanpa disangka-sangka kematian itu datang membunuhnya.

> *Orang-orang yang mengatakan kepada saudara-saudaranya dan mereka tidak turut pergi berperang: "Sekiranya mereka mengikuti kita, tentulah*

mereka tidak terbunuh." Katakanlah: "Tolaklah kematian itu dari dirimu, jika kamu orang-orang yang benar." **(QS. Ali 'Imrân: 168)**

Tapi yang paling mengherankan adalah kita tidak pernah berpikir bahwa kita akan bertemu Allah. Kita tidak pernah berpikir bahwa dunia itu hina sekali. Kita juga tidak pernah berpikir bahwa di dunia itu banyak cerita tentang bagaimana orang meninggal dunia. Kecuali, ketika kita sedang didera ketakutan, pikiran seperti itu baru muncul.

Sesatlah Orang yang Menyeru Selain Kepada-Nya

Pada tahun 1413 saya melakukan perjalanan dari Riyadh ke kota Dammam. Pukul 12.00 saya tiba di Dammam. Setelah turun di bandara, saya berencana menemui seorang teman. Namun pada jam itu, katanya, dia masih di tempat kerjanya dan akan keluar agak terlambat. Akhirnya, saya naik mobil menuju ke sebuah hotel. Di hotel, tidak banyak yang saya temui, sepi-sepi saja. Saat itu memang bukan musim liburan dan rekreasi. Saya menyewa sebuah kamar di lantai empat, agar lebih terjauh dari kegiatan para pegawai hotel dan para pekerja. Tidak seorang pun di lantai itu. Saya masuk kamar, dan meletakkan tas di atas tempat tidur. Lalu saya masuk kamar mandi untuk mengambil wudhu. Saya menutup pintu kamar mandi. Setelah wudhu, saya buka pintu kamar mandi, tapi tidak bisa dibuka. Saya berusaha membukanya dengan segala cara, namun tidak terbuka juga. Jadilah saya berada di tempat yang sangat sempit itu. Tidak ada ventilasi, tidak ada telpon yang bisa saya gunakan untuk memanggil seseorang, tidak ada saudara karib dan tetangga yang bisa saya panggil. Saat itulah saya ingat Sang Maha Kuasa. Saya berdiri di tempat itu selama tiga jam, namun rasanya seperti tiga hari. Dalam tiga jam itu keringat saya membanjir, hati terasa kering. Badan menggigil karena beberapa hal.

Pertama, karena ini adalah tempat yang sangat sempit dan asing. *Kedua,* peristiwa ini terjadi dengan tiba-tiba. *Ketiga,* karena di sana tidak ada komunikasi, sehingga saya tidak bisa memberitahukan kepada teman atau kerabat. Lebih daripada itu, tempat ini adalah kamar mandi. Saat itulah semua bayangan dan kenangan muncul. Peristiwa itu laksana gelombang yang terjadi dalam tiga jam.

Umur seakan menyempit hanya menjadi hitungan jam,

dan bumi menyempit menjadi hanya setapak.

Akhirnya, saya berpikir untuk menggedor pintu itu sekuat-kuatnya. Mulailah saya mengguncang-guncang pintu itu dengan badan saya yang kurus, lemah, dan gemetaran ini. Ternyata saya lihat potongan besi terbuka sedikit-sedikit seperti jarum jam. Kembali saya guncang pintu itu. Dan setiap merasa capek, saya berhenti sejenak. Kemudian saya lanjutkan kembali, dan jika capek, saya berhenti kembali. Akhirnya pintu pun terbuka, dan rasanya seperti baru keluar dari kuburan. Lalu saya kembali ke kamar dan bersyukur kepada Allah atas apa yang telah terjadi. Terpikir olehku betapa manusia itu tak berdaya, betapa upayanya sangat terbatas, dan kematian selalu mengintai dirinya. Juga, terpikir tentang sikap meremehkan yang ada dalam diri dan kehidupan kita, serta tentang kelalaian kita terhadap kehidupan akhirat.

> *Dan, peliharalah dirimu dari (azab yang terjadi pada) hari yang pada waktu itu kamu semua dikembalikan kepada Allah.* **(QS. Al-Baqarah: 281)**

> *Di mana saja kamu berada, kematian akan mendapatkan kamu, kendati pun kamu di dalam benteng yang tinggi lagi kokoh.* **(QS. An-Nisâ` : 78)**

Saya banyak membaca dan mendengar hal-hal yang mengherankan berkaitan dengan masalah seperti ini. Ada orang yang mencari kematian, tapi ternyata justru kehidupan yang dia dapatkan. Yang lain mencari kehidupan, tapi justru kematian yang didapat. Yang lainnya lagi mencari kesembuhan dari penyakit yang dideritanya, tapi justru menemui kematian. Sementara yang lain sudah mempertaruhkan dirinya sebagai jaminan dan mendambakan kematian, tapi justru selamat dan sehat. Maha Suci Dzat Yang Menciptakan, Yang Mengatur, dan Yang Maha Bijaksana.

Bisa Saja, Badan Jadi Sehat Karena Penyakit

Sebuah cerita dari seseorang yang menyebutkan bahwa ada orang yang tubuhnya lumpuh, sehingga hanya didudukkan di dalam rumah. Sakitnya itu sudah berlangsung sekian tahun, hingga membuatnya putus asa. Para dokter sudah menyatakan tidak mampu untuk mengobatinya. Mereka menyampaikan itu pada keluarga dan anak-anaknya. Pada suatu hari, ada seekor kala jengking jatuh dari atap rumahnya tepat di atas tubuhnya, dan dia tidak bisa mengusirnya karena memang tidak bisa bergerak dari tempat duduknya. Kalajengking itu merambat ke kepalanya dan menyengatnya beberapa kali. Setelah itu, secara mengejutkan badannya bisa digerakkan

mulai dari telapak kaki hingga kepala. Darah kehidupan mengalir ke dalam semua organ tubuh, dan kesembuhan menjalar ke seluruh jasad. Orang itu pulih dan sehat kembali. Dia berdiri di atas kedua kakinya, berjalan-jalan di dalam kamarnya, membuka pintu, dan menghampiri keluarga dan anak-anaknya. Pada saat dia berdiri mereka tidak percaya melihat apa yang terjadi. Mereka kaget bukan kepalang. Dan kepada mereka, dia menceritakan apa yang telah terjadi.

Maha Suci Allah yang telah memberikan kesembuhan kepada orang itu melalui cara seperti ini.

Cerita ini pernah saya utarakan kepada sejumlah dokter, dan mereka pun membenarkan apa yang saya katakan. Dia menyebutkan ada serum antibiotik yang mengandung racun. Jika toksitnya direduksi secara kimia, maka serum itu bisa menjadi obat untuk orang yang menderita lumpuh.

Maha tinggi Dzat Yang Maha Baik itu, Yang tidak menurunkan satu penyakit pun kecuali Dia juga menurunkan penawarnya.

Para Wali Itu Memiliki Karamah

Inilah Shilat ibn Asyim, seorang yang ahli ibadah dan pe-*zuhud* dari kalangan *tabiin*. Suatu hari dia memutuskan pergi ke wilayah utara untuk berjihad di jalan Allah. Ketika kegelapan malam telah menyelimuti bumi, dia pergi ke dalam hutan untuk melakukan shalat. Dia masuk di antara celah-celah pohon, berwudhu dan berdiri untuk shalat. Tiba-tiba muncul seekor singa yang sangat buas mengaum dan mendekati Shilat yang sedang shalat. Singa itu berputar-putar mengelilinginya, sementara Shilat tidak menghentikan shalat dan dzikirnya. Setelah menyelesaikan dua rakaat shalatnya, Shilat ibn Asyim mengucapkan salam. Kemudian dia berkata kepada singa itu, "Jika kamu diperintahkan untuk membunuhku maka makanlah aku, jika kamu tidak diperintahkan untuk itu biarkanlah aku bermunajat kepada *Rabb*-ku." Singa itu pun mengibas-ngibaskan ekornya lalu pergi meninggalkan tempat itu.

Cobalah kau lihat dalam kitab *Al-Bidâyah wan Nihâyah* karangan Ibn Katsir dan buku-buku sejarah yang lain. Disebutkan dalam buku-buku biografi para sahabat Rasulullah bahwa Safinah, seorang budak Rasulullah yang telah dibebaskan, dan sejumlah temannya berjalan menyusuri tepian pantai. Ketika mereka memutuskan ke daratan tiba-tiba ada seekor singa buas datang ke arah mereka. Safinah berkata, "Wahai singa, saya adalah salah

seorang sahabat dan pelayan Rasulullah. Mereka adalah teman-temanku, sehingga tidak ada alasan bagimu untuk menerkam kami." Singa itu pun pergi meninggalkan mereka. Sambil pergi, singa itu mengaum membahana.

Kejadian-kejadian seperti ini bisa diterima oleh mereka yang tidak sombong. Sunah-sunah Allah dalam makhluk ciptaan-Nya memang menampilkan hal-hal semacam ini. Kalau saja bukan karena pertimbangan terbatasnya halaman, pasti akan saya kisahkan puluhan kisah sahih yang sama dengan kisah di atas. Namun cerita di atas sudah saya anggap mewakili bahasan ini. Tujuan dari semua ini adalah agar Anda tahu bahwa di sana ada *Rabb* Yang Maha Baik dan Maha Bijaksana yang apa saja tidak luput dari pengawasan-Nya. Ilmu, kebaikan, dan kesaksian Allah selalu mengikuti semua manusia.

> *Tiada pembicaraan rahasia antara tiga orang, melainkan Dia-lah yang keempatnya. Dan tiada (pembicaraan antara) lima orang, melainkan Dia-lah yang keenamnya. Dan tiada (pula) pembicaraan antara (jumlah) yang kurang dari itu atau lebih banyak, melainkan Dia ada bersama mereka di mana mereka berada.* **(QS. Al-Mujâdilah: 7)**

Cukuplah Allah Sebagai Pelindung dan Saksi

Bukhari menyebutkan dalam *Shahîh*-nya bahwa seseorang dari Bani Israel, pernah minta kepada seseorang dari Bani Israel lainnya untuk meminjamkan uangnya sebanyak seribu dinar. Orang yang meminjamkan itu berkata, "Apakah Anda memiliki saksi?"

Jawab si peminjam, "Saya tidak memiliki saksi selain Allah."

Yang meminjamkan menegaskan, "Cukuplah Allah sebagai saksi."

"Apakah Anda punya pelindung?" tanyanya kemudian.

Jawab si peminjam, "Saya tidak memiliki pelindung kecuali Allah."

Orang yang meminjamkan uang itu menegaskan, "Cukuplah Allah sebagai Pelindung."

Uang seribu dinar pun dipinjamkan. Kemudian orang yang meminjamkan itu pergi setelah keduanya menyepakati waktu dan tempat pembayaran. Tempat tinggal mereka berdua dipisahkan oleh sebuah sungai. Pada waktu yang telah ditetapkan tiba orang yang meminjam uang itu datang dengan membawa uang pinjamannya untuk dikembalikan. Sambil menunggu sebuah perahu penyeberangan dia berdiri di tepian sungai.

Namun hari itu kebetulan tak ada satu perahu pun yang merapat. Malam pun tiba, dan untuk beberapa lama dia tinggal di tempat itu, namun belum juga ada orang yang bisa mengantarkannya ke tempat orang yang meminjamkan. Dengan penuh harap akhirnya dia memohon kepada Allah, "Ya Allah, dia meminta kepadaku saksi, namun tidak aku dapatkan saksi selain Engkau. Dia juga meminta penjamin, namun tidak aku dapatkan penjamin selain Engkau. Ya Allah, sampaikan surat ini."

Dia mengambil sepotong kayu kemudian dibelah dan dimasukkannya seluruh uang dinar itu ke dalam kayu. Di dalamnya dia juga menyertakan surat. Setelah itu, kayu dirapatkan lagi dan dilemparkannya ke sungai. Dengan izin, kebaikan, dan pertolongan Allah, kayu itu bergerak menuju tepi seberang.

Pada saat yang sama si pemberi pinjaman juga sedang menunggu janji sahabatnya itu. Dia berdiri di tepi sungai menunggunya, namun tak seorang pun yang datang. Katanya di dalam hati, "Daripada pulang dengan tangan hampa, mengapa tidak mengambil kayu bakar untuk keluargaku di rumah?" Dia melihat kayu bakar mengambang di tepi sungai, dan dibawanya pulang. Setibanya di rumah kayu itu dibelah, dan ternyata dia mendapatkan uang dinar dan sepucuk surat.

Karena saksinya adalah Allah, maka Allah pun menolong orang itu. Dan karena yang melindungi adalah Allah, maka disampaikanlah pesan itu. Maha Tinggi Allah.

> *Karena itu hendaklah karena Allah saja orang-orang mukmin bertawakal.* **(QS. Ali 'Imrân: 122)**

> *Dan, hanya kepada Allah lah hendaknya kamu bertawakal, jika kamu benar-benar beriman.* **(QS. Al-Mâ` idah: 23)**

Rehat

Labid berkata,

"Dustakanlah nafsu jika kamu berbicara dengannya,

sebab membenarkan nafsu hanya akan melambungkan angan."

Al-Bisti berkata,

"Berilah tabiatmu yang kalah itu dengan kesusahan karena itu berarti sebuah kesenangan, membuatnya lebih terkonsentrasi,

dan kemudian obati dengan canda.

Namun jika engkau memberikannya,

berilah ia laksana engkau memasukkan garam ke dalam makanan."

Abu Ali ibn Asy-Syibl berkata,

"Dengan menjaga nafsu, akan ada di dalamnya,

seperti bara api yang tetap dinyalakan di dalam mangkuk.

Maka jangan kau padamkan dia dengan putus asa,

dan jangan pula kau ulur dengan angan yang memanjang.

Berjanjilah kepadanya bahwa dalam kesulitan itu ada kemudahan,

dan ingatkan pula bahwa kesulitan berada dalam kemudahan.

Dihitung kebaikannya ini dan itu,

dan dengan menggabungkan semuanya

akan berguna sebagai obat mujarab."

Perbaikilah Menu Makanan Anda, Pasti Doa Anda Terkabul

Saad ibn Abi Waqqash dapat mengetahui hakikat hidup ini. Dia adalah seorang sahabat yang mendapat jaminan langsung masuk surga. Rasulullah mendoakannya agar memiliki keakuratan dalam memanah dan doa yang mustajab. Maka setiap kali dia berdoa, doanya selalu dikabulkan laksana cahaya fajar.

Umar ibn Khaththab mengutus sejumlah orang dari kalangan sahabat Rasulullah untuk mengecek keadilan Saad di Kufah, wilayah yang dipimpinnya. Semua orang Kufah memuji keadilan Saad. Tatkala para utusan itu sampai di sebuah masjid desa milik Bani Abbas, seorang laki-laki mencegat mereka dan bertanya, "Tidakkah kalian bertanya kepadaku tentang Saad? Dia itu tidak adil dalam memutuskan perkara, dia tidak memperlakukan rakyat dengan sama, dan tidak pernah berbaur bersama rakyat."

Saad pun kemudian berdoa, "Ya Allah, jika orang ini berdiri karena riya atau *sum'ah* maka butakanlah matanya, panjangkan umurnya, dan jadikan dia selalu dilanda fitnah."

Dan, benar. Umur laki-laki itu sangat panjang, matanya buta, dan selalu menjadi bahan ejekan para budak wanita di jalan-jalan di Kufah. Orang tua nan malang, akibat doa Saad.

Pengabulan ini merupakan hubungan yang kuat dengan Allah, ketulusan niat, dan adanya keyakinan akan janji-Nya. Maha Suci Allah *Rabb* semesta alam.

Dalam buku *Siyar A'lâmin Nubalâ'* juga dipaparkan cerita tentang Saad. Dikisahkan bahwa pernah ada orang melecehkan Ali ibn Abi Thalib. Saad membela Ali, namun orang itu tetap saja mencemooh Ali. Maka Saad pun berkata, "Ya Allah, cukupkanlah aku darinya menurut kehendak-Mu."

Tiba-tiba ada seekor unta yang lari dari arah Kufah. Unta itu berlari lurus, tanpa menoleh ke kanan maupun ke kiri. Unta itu merangsek ke tengah-tengah kerumunan orang hingga akhirnya sampai kepada orang yang mencemooh Ali itu, dan dengan serta merta diinjaknya orang itu. Orang itu mati seketika di tengah kerumunan orang banyak dan disaksikan oleh mereka.

> *Sesungguhnya Kami menolong rasul-rasul Kami dan orang-orang yang beriman dalam kehidupan dunia dan pada hari berdirinya saksi-saksi (hari kiamat).* **(QS. Al-Mu` min: 51)**

Tujuan saya memaparkan cerita-cerita seperti itu adalah untuk menambah keimanan dan keyakinan kita semua terhadap janji *Rabb*. Karena tambahan keimanan dan keyakinan itu akan meningkatkan kerajinan kita dalam berdoa dan bermunajat. Kita tahu bahwa kebaikan yang sebenarnya adalah kebaikan Allah. Allah telah memerintahkan kita semua dalam al-Qur'an:

> *Berdoalah kamu kepada-Ku, niscaya akan Aku perkenankan bagimu.* **(QS. Al-Mu` min: 60)**

> *Dan, apabila hamba-hamba-Ku bertanya kepadamu tentang Aku, maka (jawablah) bahwa Aku dekat. Aku mengabulkan permohonan orang yang berdoa apabila ia memohon kepada-Ku.* **(QS. Al-Baqarah: 186)**

Suatu ketika al-Hajjaj memanggil al-Hasan al-Bashri untuk diperlakukan dengan kasar. Al-Bashri pun pergi menemuinya. Ketika itu, yang ada di dalam dadanya hanyalah permohonan pertolongan dari Allah dan kebaikan-Nya, yang disertai keyakinan akan janji-Nya. Maka, dia pun mulai berdoa kepada Allah, dengan membaca Asmaul Husna, sifat-sifat-Nya. Seketika itu juga, Allah membalik hati al-Hajjaj dan membuatnya menjadi sangat ketakutan. Karena takutnya kepada al-Bashri, al-Hajjaj pun mempersiapkan penyambutan al-Bashri di depan pintu. Dipersilahkannya

duduk di dekat tempat duduknya, seraya memercikkan minyak wangi ke jenggotnya. Nada bicaranya pun sopan dan lembut.

Semua ini terjadi karena Allah yang menundukkan, *Rabb* Yang Maha Kuasa dan Maha Agung.

Kebaikan Allah itu berlaku di dunia: di dunia manusia, di dunia binatang, di darat, dan di laut, pada siang dan malam, pada yang bergerak dan yang diam.

> *Dan, tak ada sesuatu pun melainkan bertasbih dengan memuji-Nya, tetapi kamu sekalian tidak memahami tasbih mereka. Sesungguhnya Dia adalah Maha Penyantun lagi Maha Pengampun.* **(QS. Al-Isrâ` : 44)**

Dalam teks al-Qur'an disebutkan bahwa Nabi Sulaiman diberi kemampuan memahami bahasa burung. Ketika suatu hari dia keluar bersama para pengawalnya untuk berdoa pada Allah agar diturunkan hujan. Di tengah perjalanannya menuju tempat shalat, dia melihat seekor semut mengangkat kedua kakinya sedang berdoa kepada *Rabb* Yang Maha Kuasa, kepada Rabb yang selalu memberi, yang memberi karunia, yang memiliki kelembutan dan memberi pertolongan. Nabi Sulaiman pun berkata, "Wahai umat manusia sekalian, kembalilah kalian, telah cukup bagi kalian doa yang dilakukan oleh makhluk lain selain kalian."

Mulailah hujan turun berkat doa semut tadi, semut yang bahasanya bisa dipahami oleh Nabi Sulaiman, saat dia berangkat dengan pasukannya yang besar itu. Semut itu pulalah yang kemudian memperingatkan saudara-saudaranya agar masuk ke dalam lubang saat pasukan Sulaiman akan lewat.

> *Berkatalah seekor semut: "Hai semut-semut, masuklah ke dalam sarang-sarangmu, agar kamu tidak diinjak oleh Sulaiman dan tentaranya, sedang mereka tidak menyadari." Maka Sulaiman tersenyum dengan tertawa karena (mendengar) perkataan semut itu.* **(QS. An-Naml: 18-19)**

Sering kali kebaikan Allah itu turun karena binatang-binatang itu tadi.

Abu Ya'la menyebutkan sebuat hadits *qudsi* di mana Allah berfirman, *"Atas nama kekuasaan dan keagungan-Ku. Seandainya bukan karena orang-orang tua yang selalu ruku', anak-anak kecil yang menyusu, dan binatang-binatang yang merumput, pasti Aku akan cegah tetesan air hujan dari langit."*

Segala Sesuatu Itu Bertasbih Memuji *Rabb*-Nya

Di dunia binatang, Hudhud adalah burung yang tahu siapa *Rabb*-nya. Ia tunduk patuh dan berserah diri kepada-Nya. Allah berfirman tentang Nabi Sulaiman,

> *Dan, dia memeriksa burung-burung lalu berkata: "Mengapa aku tidak melihat hudhud, apakah dia termasuk yang tidak hadir. Sungguh, aku benar-benar akan mengazabnya dengan azab yang keras, atau benar-benar menyembelihnya, kecuali jika benar-benar dia datang kepadaku dengan alasan yang terang." Maka tidak lama kemudian (datanglah hudhud), lalu ia berkata: "Aku telah mengetahui sesuatu yang kamu belum mengetahuinya; dan kubawa kepadamu dari negeri Saba' suatu berita penting yang diyakini. Sesungguhnya, aku menjumpai seorang wanita yang memerintah mereka, dan dia dianugerahi segala sesuatu serta mempunyai singgasana yang besar. Aku mendapati dia dan kaumnya menyembah matahari, selain Allah. Dan, setan telah menjadikan mereka memandang indah perbuatan-perbuatan mereka lalu menghalangi mereka dari jalan (Allah) sehingga mereka tidak dapat petunjuk. Agar mereka tidak menyembah Allah yang mengeluarkan apa yang terpendam di langit dan di bumi, dan Yang Mengetahui apa yang kamu sembunyikan dan apa yang kamu nyatakan. Allah, tiada Rabb (yang berhak disembah) kecuali Dia, Rabb yang mempunyai 'Arsy yang besar." Berkata Sulaiman: "Akan kami lihat, apa kamu benar, ataukah kamu termasuk orang-orang yang berdusta. Pergilah dengan (membawa) suratku ini, lalu jatuhkanlah kepada mereka, kemudian berpalinglah dari mereka, lalu perhatikanlah apa yang mereka bicarakan."* **(QS. An-Naml: 20-28)**

Maka, pergilah hudhud mengantarkan surat, dan terjadilah kisah panjang itu yang berakhir dengan hasil yang penuh nilai sejarah. Penyebabnya, hanyalah karena burung yang tahu *Rabb*-nya. Sejumlah ulama berkata, "Menakjubkan. Hudhud lebih cerdas dari Fir'aun. Fir'aun kafir saat berada dalam kesenangan. Keimanannya tidak berguna saat dia berada dalam puncak kesulitan. Sedangkan hudhud beriman kepada *Rabb*-nya pada saat berada dalam kemudahan, dan keimanannya sangat bermanfaat pada saat dia berada dalam kesulitan."

Hudhud berkata, "Agar mereka tidak menyembah Allah yang mengeluarkan apa yang terpendam di langit dan di bumi ...." Sedangkan Fir'aun berkata: "Aku tidak mengetahui bagimu *Rabb* selain aku ...."

Orang yang sengsara adalah orang yang lebih bodoh daripada hudhud, semut saja paham ke mana dia akan kembali. Orang yang idiot adalah orang yang tidak bisa melihat jalan, yang putus semua tali-tali yang mengikatnya, dan yang tidak lagi mendapatkan manfaat dari semua organ tubuhnya.

Mereka mempunyai hati, tetapi tidak dipergunakannya untuk memahami (ayat-ayat Allah) dan mereka mempunyai mata (tetapi) tidak dipergunaknnya untuk melihat (tanda-tanda kekuasaan Allah), dan mereka mempunyai telinga (tetapi) tidak dipergunakannya untuk mendengar (ayat-ayat Allah).

(QS. Al-A'râf: 179)

Di dunia lebah, kebaikan Allah itu berlaku, kebaikan-Nya mengalir, pertolongan-Nya selalu berada bersama dengan binatang-binatang itu. Dia meninggalkan sarangnya sesuai dengan kekuasaan Sang Pencipta, mencari rezekinya. Tempat hinggapnya adalah sesuatu yang baik, bersih dan suci. Dia mengisap sari dan mengitari bunga-bunga. Kemudian dia kembali dengan membawa minuman yang berwarna-warni yang menjadi obat bagi manusia. Dia kembali ke sarangnya dan bukan ke sarang orang lain tanpa tersesat jalan dan tidak bingung ke mana harus kembali.

Dan, Rabb-mu mengilhamkan kepada lebah: "Buatlah sarang-sarang di bukit-bukit, di pohon-pohon kayu, dan di tempat-tempat yang dibikin manusia." Kemudian makanlah dari tiap-tiap (macam) buah-buahan dan tempuhlah jalan Rabb-mu yang telah dimudahkan (bagimu). Dari perut lebah itu keluar minuman (madu) yang bermacam-macam warnanya, di dalamnya terdapat obat bagi manusia. Sesungguhnya pada yang demikian itu benar-benar terdapat tanda (kebesaran Rabb) bagi orang-orang yang memikirkan. **(QS. An-Nahl: 68-69)**

Yang membuat bahagia dari kisah-kisah ini adalah bahwa Anda menyadari bahwa di sana ada kebaikan tersembunyi yang dimiliki oleh Dzat Yang Maha Esa. Karena itu, hanya kepada-Nyalah Anda berdoa, menggantungkan harapan, dan meminta. Dan, menyadari bahwa Anda memiliki kewajiban *syar'i* yang telah diturunkan lewat perjanjian Rabbani dan dalam *manhaj* samawi, berupa keharusan untuk bersujud, bersyukur, mengabdi, dan mengarahkan hati kepada Allah. Anda juga harus menyadari bahwa manusia yang banyak dan dunia yang besar ini tidak akan memberikan manfaat sedikit pun kepada Anda. Mereka semua tidak berdaya, semuanya membutuhkan Allah. Mereka selalu memohon rezeki-Nya pagi dan sore.

Mereka meminta agar dirinya bahagia, sehat, dan afiat. Semua yang ada pada mereka (harta, jabatan, dan kedudukan) berasal dari Allah yang menguasai segala sesuatu.

> *Hai manusia, kamulah yang berkehendak kepada Allah; dan Allah Dia-lah Yang Maha Kaya (tidak memerlukan sesuatu) lagi Maha Terpuji*
> **(QS. Fâthir: 15)**

Harus diyakini dengan sebenar-benarnya bahwa yang bisa memberi petunjuk, yang bisa menolong, yang bisa memberikan perlindungan, dan yang bisa menjaga itu hanyalah Allah. Oleh sebab itu, Anda harus membuka mata hati, mengesakan *Rabb* dengan sifat *wahdaniyah* dan *uluhiyah*-Nya. Hanya kepada-Nya kita memohon, meminta pertolongan, dan menggantungkan harapan. Di samping itu Anda juga harus mengetahui kadar kemampuan manusia, dan bahwa makhluk ini membutuhkan kepada Sang Pencipta. Yang fana membutuhkan Dzat Yang Maha Kekal, yang fakir membutuhkan Dzat Yang Maha Kaya, yang lemah memerlukan Dzat Yang Maha Kuat. Ada pun kekuatan, kekayaan, keabadian, dan kemuliaan yang mutlak itu hanyalah milik Allah.

Jika sudah menyadari itu semua, maka berbahagialah dengan kedekatan diri kepada-Nya, dengan ibadah kepada-Nya, dan dengan berserah diri kepada-Nya. Jika Anda meminta ampunan kepada-Nya, niscaya Dia akan mengampuni. Jika Anda bertaubat kepada-Nya, niscaya Dia akan memberikan taubat-Nya. Jika Anda meminta kepada-Nya, niscaya Dia akan memberi. Jika Anda meminta rezeki kepada-Nya, niscaya Dia akan memberi rezeki. Jika Anda minta tolong, niscaya Dia akan menolong. Dan jika Anda bersyukur, maka Dia akan menambah nikmat-Nya.

Bersikaplah Ridha Kepada Allah

Salah satu konsekuensi dari pernyataan, "Aku rela Allah sebagai *Rabb*, Islam sebagai agama, dan Muhammad sebagai nabi", adalah bahwa Anda harus bersikap ridha kepada Allah s.w.t. Itu berarti, ridha dengan semua hukum-Nya, ridha dengan *qadha*` dan *qadar*-Nya baik yang jelek maupun yang baik, yang pahit ataupun yang manis.

Memilih-milih dalam mengimani *qadha'* dan *qadar*, tidak dibenarkan. Memilih-milih disini maksudnya adalah Anda ridha terhadap ketentuan-ketentuan *qadha'* yang sesuai dengan keinginan hati Anda, namun tidak me-

nerima bila tidak sesuai dengan keinginan dan tujuan Anda. Sikap seperti ini tentu saja bukan sikap seorang hamba Allah.

Banyak juga tipe orang yang ridha kepada *Rabb*-nya pada saat keadaan lapang, yang tidak menerima pada saat sedang diuji, yang taat pada saat senang, dan menentang pada saat sengsara.

> *Maka, apabila ia memperoleh kebajikan, tetaplah ia dalam keadaan itu, dan jika ia ditimpa oleh suatu bencana, berbaliklah ia ke belakang. Rugilah ia di dunia dan akhirat.* **(QS. Al-Hajj: 11)**

Seperti itulah keimanan orang-orang badui Arab yang menyatakan diri masuk agama Islam. Jika dalam Islam mereka mendapatkan sesuatu yang baik: hujan turun, susu yang melimpah, dan rerumputan yang tumbuh, maka mereka berkata, "Ini adalah agama yang baik." Mereka pun senantiasa taat dan menjaga agama mereka. Namun ketika mereka mendapatkan sesuatu yang sebaliknya: kekeringan, paceklik, kegersangan, kekurangan harta, dan panen yang tidak baik, maka mereka akan berbalik dan meninggalkan risalah dan agama mereka.

Dengan berlaku demikian, maka keislamannya adalah hawa nafsu, dan keislamannya adalah kesenangannya terhadap nafsu. Namun demikian, di sana masih ada orang-orang yang ridha setulusnya kepada Allah hanya karena benar-benar menginginkan apa yang ada di sisi-Nya, menginginkan pertemuan dengan-Nya, mencari keutamaan dan keridhaan dari-Nya, dan berusaha untuk mencari akhirat.

Kami ridha kepada-Mu, ya Allah, sebagai Rabb dan Pencipta,

dan kepada Mushtafa terpilih, sebagai nur dan penunjuk jalan.

Maka, ciptakan kehidupan yang sesuai dengan wahyu,

atau kematian yang tidak membuat musuh gembira.

Orang yang telah dipilih oleh Allah untuk beribadah, untuk melakukan kebajikan, dan untuk mengibarkan bendera agama, namun kemudian tidak ridha terhadap penghormatan ini, maka dia berhak mendapatkan kehancuran yang abadi

> *Dan, bacakanlah kepada mereka berita orang yang telah Kami berikan kepadanya ayat-ayat Kami (pengetahuan tentang isi al-Kitab), kemudian dia melepaskan diri dari ayat-ayat itu, lalu dia diikuti oleh setan (sampai dia tergoda), maka jadilah dia termasuk orang-orang yang sesat.*
>
> **(QS. Al-A'râf: 175)**

Ridha itu adalah pintu gerbang beragama. Siapa pun yang ber-*taqarrub* kepada *Rabb*-nya, yang senang dengan petunjuk-Nya, yang tunduk kepada perintah-Nya, dan yang berserah diri kepada hukum-Nya pasti telah melewati pintu gerbang tersebut.

Suatu ketika Rasulullah pernah membagikan harta rampasan perang Hunain. Kepada para pemimpin Arab dan muallaf diberikan jatah yang lebih besar, dan kepada kalangan Anshar tidak diberikan apa-apa dengan pertimbangan bahwa di hati mereka sudah tertanam keridhaan, keimanan, keyakinan, dan kebaikan yang luas. Sepertinya, mereka memprotes apa yang dilakukan oleh Rasulullah ini karena tujuan dibagikannya demikian belum bisa dimengerti oleh mereka. Karenanya Rasulullah mengumpulkan mereka dan menerangkan mengapa membagikannya seperti itu. Rasulullah menyatakan bahwa beliau akan senantiasa bersama mereka, dan sangat mencintai mereka. Rasulullah menegaskan bahwa pembagian itu dilakukan semata-mata untuk memikat hati mereka karena tipisnya keyakinan dan keimanan mereka. Sedangkan untuk orang-orang Anshar Rasulullah bersabda, *"Tidakkah kalian rela jika orang-orang lain pergi dengan membawa domba dan unta, dan kalian berangkat bersama Rasulullah ke tempat tinggal kalian? Kaum Anshar adalah pakaian, sedangkan orang-orang itu adalah selimut. Semoga Allah memberikan rahmat kepada orang-orang Anshar, anak-anak orang-orang Anshar, cucu orang-orang Anshar. Seandainya orang menempuh satu lorong atau sebuah lembah dan orang Anshar menempuh lorong atau lembah yang lain maka saya pasti akan menempuh lorong atau lembah yang ditempuh orang-orang Anshar."*

Kaum Anshar pun bergembira dan diliputi suka cita. Ketenangan turun ke hati mereka. Mereka mendapatkan ridha Allah dan ridha Rasulullah.

Orang-orang yang selalu mencari ridha Allah dan merindukan surga yang luasnya seluas langit dan bumi, tidak akan menerima dunia sebagai ganti dari keridhaan ini, dan tidak akan mau menjadikannya sebagai ganti dari karunia yang sangat agung ini.

Seorang Badui Arab menyatakan diri masuk Islam di hadapan Rasulullah, maka kepadanya diberikan sejumlah harta oleh Rasulullah. Katanya, "Wahai Rasulullah, saya tidak membaiatmu karena ini."

Rasulullah pun bertanya, "Lantas atas dasar apa engkau membaiat saya?" Jawabnya, "Saya menginginkan sebuah anak panah yang tajam yang tepat mengena di sini (dia mengisyaratkan ke kerongkongannya) dan keluar dari sini (dia mengisyaratkan ke punggungnya)."

Rasulullah pun bersabda, "Jika engkau jujur kepada Allah, maka Allah akan mengabulkan apa yang engkau mau."

Setelah masuk Islam, orang Badui itu pun turut serta dalam perang. Dan benar, sebilah anak panah melesat tepat mengenai kerongkongannya. Badui itu pun menemui *Rabb*-nya dengan penuh ridha dan diridhai.

Bukan harta, bukan hari-hari, bukan dunia,

dan bukan pula harta simpanan dari mutiara maupun emas.

Bukan kedudukan, bukan istana yang megah,

dan bukan pula angan,

semua barang yang ditumpuk-tumpuk ini tidak berharga.

Tidak ada gunanya segala sesuatu yang dicintai, semua itu akan sirna.

Dan, hanya Allah Yang Maha Memberi yang abadi.

Suatu hari Rasulullah membagi-bagikan harta. Diberinya orang-orang yang kualitas agamanya kurang dan orang-orang yang lemah amanahnya, sebagai contoh. Akan tetapi, kepada orang yang menghunuskan pedangnya berjihad di jalan Allah, kepada orang yang membelanjakan seluruh kekayaannya, dan kepada orang yang rela tubuhnya terluka karena berjihad dan membela agama, justru tidak diberinya. Di masjid, Rasulullah berkhutbah dan menjelaskan kepada mereka mengapa melakukan seperti itu. Kata Rasulullah kepada mereka, "Sesungguhnya saya memberi kepada orang-orang itu sebab Allah telah menjadikan di dalam hati mereka ketakutan dan rasa tamak, dan saya tidak memberi orang-orang yang telah Allah jadikan di dalam dada mereka keimanan yang di antaranya adalah 'Amr ibn Tughlab."

'Amr pun mengatakan, "Sebuah ungkapan yang karenanya aku tidak menginginkan dunia dan seisinya."

Ini adalah wujud sikap ridha kepada Allah, wujud sikap ridha terhadap keputusan Rasulullah, dan wujud mengharapkan apa yang ada di sisi Allah. Dalam pandangan seorang sahabat, dunia ini tidak sama dengan sebuah ungkapan kata yang penuh senyum yang datang dari Rasulullah.

Janji-janji Rasulullah kepada para sahabatnya adalah pahala di sisi Allah, surga di sisi-Nya, dan keridhaan dari-Nya. Rasulullah tidak pernah menjanjikan istana, kekuasaan, wilayah, atau sebuah kebun nan indah. Rasulullah selalu mengatakan kepada mereka, "Barangsiapa melakukan ini, maka surga menjadi bagiannya." Atau dengan mengatakan, "Kelak dia akan menjadi temanku di surga, karena pengorbanan yang mereka korbankan, harta yang telah mereka belanjakan, dan tenaga yang telah mereka

keluarkan. Pahala yang pantas baginya hanyalah nanti di alam akhirat. Sebab dunia dengan segala isinya tidak sebanding dengan pengorbanan besar yang dia lakukan. Dunia itu sangat murah, sebuah pemberian yang tak berharga, dan pengorbanan yang sangat tidak berarti."

Dalam riwayat Tirmidzi disebutkan: "Umar ibn Khaththab minta izin kepada Rasulullah untuk melakukan umrah. Rasulullah pun berpesan, 'Jangan lupakan saya dalam doamu wahai saudaraku'."

Yang mengucapkan ini adalah Rasulullah, si pembawa petunjuk itu, seorang imam yang terjaga dari dosa, dan yang tidak berbicara menurut keinginan nafsunya. Ucapan ini sangat agung, penuh makna, dan tidak ternilai harganya. Menanggapi ucapan ini kelak Umar mengatakan, "Sebuah ucapan yang dengannya saya tidak lagi menginginkan dunia seisinya."

Jika Anda yang berdiri pada posisi Umar, coba rasakan ketika Rasulullah mengatakan itu kepada Anda, "Jangan lupakan saya dalam doamu wahai saudaraku."

Keridhaan Rasulullah kepada *Rabb*-nya tidak bisa dijelaskan oleh siapa pun. Dalam keadaan yang bagaimanapun Rasulullah ridha: dalam keadaan kaya maupun miskin, dalam keadaan perang maupun damai, dalam keadaan kuat maupun lemah, pada saat sehat atau sakit, dan dalam keadaan lapang maupun sulit.

Rasulullah pernah mengalami getirnya hidup sebagai anak yatim, tapi beliau ridha. Beliau pernah hidup dalam keadaan fakir sampai-sampai tidak mampu mendapatkan kurma yang paling jelek sekalipun. Dan, untuk menahan lapar beliau mengikatkan batu pada perutnya. Bahkan beliau pernah meminjam gandum dari seorang Yahudi dengan menjaminkan baju perangnya. Tidurnya pun hanya di atas tikar sehingga menimbulkan bekas di belikatnya. Pernah selama tiga hari tiga malam berturut-turut tidak makan karena tidak punya apa-apa. Namun demikian beliau tetap ridha kepada *Rabb* alam semesta.

> *Maha Suci (Allah) yang jika menghendaki, niscaya dijadikan-Nya bagimu yang lebih baik dari yang demikian, (yaitu) surga-surga yang mengalir sungai-sungai di bawahnya, dan dijadikan-Nya (pula) untukmu istana-istana.* **(QS. Al-Furqân: 10)**

Beliau ridha kepada *Rabb*-nya pada awal-awal penyebaran risalahnya, saat-saat beliau berdiri di pihak Allah. Sementara dunia di sisi yang lain memeranginya dengan segala kekuatannya, dengan kekayaannya, dan

dengan kesombongannya. Tapi beliau tetap ridha. Beliau juga ridha pada masa-masa tertekan, ketika pamannya dan istrinya, Khadijah, meninggal dunia. Orang-orang Quraisy mengintimidasinya dengan perlakuan fisik yang kasar, dengan tuduhan sebagai pembohong, bahkan harga dirinya diinjak-injak dan tidak dipercaya lagi. Tak Cuma itu, ketika itu ada pula yang menjuluki Rasulullah sebagai: pembohong, tukang sihir, dukun, orang gila, sampai seorang penyair.

Ketika diusir dari negerinya, beliau ridha. Dalam perjalanannya meninggalkan Makkah, beliau sempat meneteskan air mata dan menoleh ke arah Makkah, seraya berkata, "Sesungguhnya Makkah adalah negeri Allah yang paling aku cintai. Seandainya pendudukmu tidak mengusirku, niscaya aku tidak akan pernah keluar darimu."

Beliau juga ridha ketika Allah memerintahkannya untuk keluar menuju Thaif untuk menyampaikan dakwahnya yang ternyata disambut dengan sangat keji. Di kota ini beliau dilempari batu hingga kedua kakinya berdarah. Tapi beliau tetap ridha kepada Allah.

Beliau juga ridha ketika harus keluar dari Makkah dengan sangat terpaksa. Beliau menuju Madinah hanya dengan berjalan kaki, dan dikejar-kejar dengan kuda. Ke mana arahnya pergi seluruhnya penuh dengan rintangan. Pendek kata, beliau ridha di manapun, dalam keadaan bagaimanapun, dan kapanpun.

Ketika beliau turut terjun di Perang Uhud, kepalanya dilempari hingga berdarah, gigi serinya patah, pamannya terbunuh, sahabat-sahabatnya dibantai, dan tentaranya dikalahkan. Tetapi beliau malah mengajak semua sahabat-sahabatnya, "Berbarislah di belakangku aku akan mengajak kalian memuji *Rabb*-ku."

Beliau juga ridha ketika orang kafir sudah jelas-jelas bersumpah untuk memeranginya. Orang-orang munafik, Yahudi, dan orang-orang musyrik bersatu padu untuk memeranginya. Tapi beliau masih bisa bertahan, padahal koalisi orang-orang kafir, Yahudi, munafikin dan musyrikin telah sepakat memeranginya. Namun dia tetap berdiri kokoh, tawakal kepada Allah, dan menyerahkan segalanya kepada Allah.

Balasan keridhaannya ini adalah:

Dan, kelak Rabb-mu pasti memberikan karunia-Nya kepadamu, lalu (hati) kamu menjadi puas. **(QS. Adh-Dhuhâ: 4)**

Suara Memanggil di Lembah Nakhlah

Rasulullah yang *ma'shum* diusir dari Makkah yang merupakan tempat keluarganya, anak-anaknya, dan negerinya. Beliau diusir dan diasingkan. Kemudian, beliau mencari perlindungan ke Thaif, yang justru disambut dengan dusta dan penolakan yang keji. Batu-batu, siksaan, caci-maki, dan umpatan, semuanya dilemparkan ke arahnya.

Kedua matanya deras mengalirkan air mata, kedua kakinya mengalirkan darah, dan hatinya perih karena musibah. Ke mana harus berlindung? Kepada siapa harus minta pertolongan? Kepada siapa harus mengadu? Kepada siapa harus menghadap? Hanya satu: Kepada Allah Yang Maha Kuat, Maha Kuasa, Maha Tinggi, dan Maha Menolong.

Segera Rasulullah menghadap kiblat, mengadu kepada *Rabb*-nya, dan bersyukur kepada-Nya. Dari mulutnya terucap kalimat-kalimat pengaduan, munajat yang penuh kejujuran, dan permohonan yang keluar dari dalam jiwa terdalam. Dia berdoa sambil menangis, dan mengadu karena dizalimi dan disakiti.

Dengarkan bagaimana Rasulullah memohon kepada Rabb-nya di Nakhlah:

اَللّهُمَّ إِنِّي أَشْكُو إِلَيْكَ ضُعْفَ قُوَّتِي وَقِلَّةَ حِيْلَتِي وَهَوَانِي عَلَى النَّاسِ، أَنْتَ أَرْحَمُ الرَّاحِمِيْنَ وَرَبُّ الْمُسْتَضْعَفِيْنَ، أَنْتَ رَبِّي، إِلَى مَنْ تَكِلُنِي؟ إِلَى قَرِيْبٍ يَتَجَهَّمُنِي، أَوْ إِلَى عَدُوٍّ مَلَّكْتَهُ أَمْرِي، إِنْ لَمْ يَكُنْ بِكَ عَلَيَّ غَضَبٌ فَلاَ أُبَالِي، غَيْرَ أَنَّ عَافِيَتَكَ هِيَ أَوْسَعُ لِي، أَعُوذُ بِنُورِ وَجْهِكَ الَّذِي أَشْرَقَتْ لَهُ الظُّلُمَاتُ وَصَلُحَ عَلَيْهِ أَمْرُ الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ، أَنْ يَنْزِلَ بِي سَخَطُكَ، لَكَ الْعُتْبَى حَتَّى تَرْضَى، وَلاَ حَوْلَ وَلاَ قُوَّةَ إِلاَّ بِكَ

"Ya Allah, kepada-Mu kuadukan lemahnya kekuatanku, kekurangan siasatku, dan ketidakberdayaanku menghadapi manusia. Wahai Dzat Yang Maha Pengasih di antara para pengasih, Rabb orang-orang yang lemah. Engkau Rabb-ku. Kepada siapa hendak Kau serahkan diriku? Kepada saudaraku yang bermuka masam padaku? Atau kepada musuh yang Kau kuasakan urusanku padanya? Jika Engkau tidak marah kepadaku, maka aku tidak peduli (apa pun sikap orang kepadaku). Hanya saja ampunan-Mu lebih luas bagi diriku. Aku berlindung dengan cahaya wajah-Mu yang menyinari semua kegelapan,

sehingga dengannya menjadi baik urusan dunia dan akhirat, dari kemarahan-Mu kepadaku atau tidak terima-Mu atas diriku. Milik-Mulah keridhaan hingga Kamu ridha. Tidak ada daya dan upaya selain dengan-Mu."

Hadiah untuk Generasi Pertama

Sesungguhnya, Allah telah ridha terhadap orang-orang mukmin ketika mereka berjanji setia kepadamu di bawah pohon, maka Allah mengetahui apa yang ada dalam hati mereka lalu menurunkan ketenangan atas mereka dan memberi balasan kepada mereka dengan kemenangan yang dekat (waktunya). **(QS. Al-Fath: 18)**

Ayat ini menjelaskan tentang cita-cita tertinggi yang dicapai oleh orang-orang yang beriman, oleh orang-orang yang jujur, dan dicari oleh orang-orang yang beruntung mendapatkan keridhaan Allah. Bagi mereka, itu adalah segalanya. Keridhaan Allah merupakan tujuan paling agung, paling terhormat, dan karunia paling tinggi.

Ayat di atas menjelaskan keridhaan Allah terhadap kaum Muslimin generasi pertama. Di ayat yang lain Allah menyebutkan soal ampunan:

Supaya Allah memberi ampunan kepadamu terhadap dosamu yang telah lalu dan yang akan datang. **(QS. Al-Fath: 2)**

Di ayat yang lain disebutkan tentang taubat:

Sesungguhnya, Allah telah menerima taubat Nabi, orang-orang Muhajirin dan orang-orang Anshar. **(QS. At-Taubah: 117)**

Di ayat yang lain lagi disebutkan tentang maaf:

Semoga Allah memaafkanmu. Mengapa kamu memberi izin kepada mereka (untuk tidak ikut pergi berperang) **(QS. At-Taubah: 43)**

Di sini dijelaskan tentang keridhaan yang sejujurnya, karena mereka membaiat Rasulullah di bawah pohon, dan Allah mengetahui apa yang ada di dalam hati mereka. Baiat mereka adalah baiat dengan mempertaruhkan nyawa mereka yang sangat berharga hanya untuk mencapai keridhaan Allah. Baiat dengan mempertaruhkan jiwa mereka yang berharga untuk menuju keridhaan Allah, dan baiat untuk kehidupan mereka. Dalam kematian

mereka terdapat kehidupan risalah. Dalam kematian mereka terdapat kekekalan agama, dan dalam kepergian mereka terdapat keabadian perjanjian.

Allah tahu apa saja yang ada di dalam hati mereka: keimanan yang tertancap dalam, keyakinan yang kuat, keikhlasan yang bersih, dan kejujuran yang mendalam. Mereka rela untuk berpayah-payah, tidak tidur malam, menahan lapar dan haus, ditimpa bencana, kesempitan, kesulitan, dan kepengapan, tapi Allah ridha kepada mereka.

Mereka rela meninggalkan keluarga, harta benda, anak-anak dan rumah. Mereka merasakan getirnya perpisahan, pahitnya keterasingan, letih dan penatnya perjalanan. Namun Allah ridha kepada mereka.

Mereka diisolir, diasingkan, diusir, disiksa dan disakiti, namun Allah ridha kepada mereka.

Apakah ganjaran orang-orang yang berjuang di jalan Allah dan orang-orang yang membela agama sepenuh hati itu hanya rampasan perang yang berupa unta dan kambing? Apakah balasan orang-orang yang membela risalah dan mempertahankan agama hanya berupa harta benda yang melimpah? Apakah kau kira gemerincing dirham, taman-taman yang indah, atau rumah-rumah yang megah dapat meredam gelora orang-orang yang suci dari pilihan itu? Tidak!

Keridhaan Allah akan membuat mereka akan ridha, dan ampunan-Nya akan membuat mereka gembira. Firman Allah berikut akan membuat dada mereka terasa sejuk:

> *Dan, Dia memberi balasan kepada mereka karena kesabaran mereka (dengan) surga dan (pakaian) sutera. Di dalamnya mereka duduk bertelekan di atas dipan, mereka tidak merasakan di dalamnya (teriknya) matahari dan tidak pula dingin yang berlebihan. Dan naungan (pohon-pohon surga itu) dekat di atas mereka, dan buahnya dimudahkan untuk dipetik semudah-mudahnya. Dan diedarkan kepada mereka bejana-bejana dari perak dan piala-piala yang bening laksana kaca. (Yaitu) kaca-kaca (yang terbuat) dari perak yang diukur mereka dengan sebaik-baiknya.* **(QS. Al-Insân: 12-16)**

Tetaplah Ridha Walaupun Harus Menggenggam Bara

Seseorang dari Bani 'Abs keluar mencari untanya yang hilang. Tiga hari lamanya sampai tidak pulang. Ia sudah berusaha mencari ke mana-mana. Padahal, dia seorang yang kaya dan memiliki segalanya. Harta dan

keluarganya berada di sebuah rumah yang mewah di dekat aliran air di daerah Bani 'Abs. Mereka hidup enak, aman, dan tenang. Tidak pernah terpikir oleh mereka bahwa sebuah bencana bisa saja menimpa mereka, musibah bisa saja mengancam mereka.

Wahai orang yang tidur nyenyak di awal malam,

bencana bisa saja mengancam di dini pagi.

Semua keluarganya, baik yang besar maupun yang kecil tertidur. Mereka berada di tengah-tengah harta mereka, sementara bapak mereka sedang tidak ada, mencari barangnya yang hilang. Pada saat itulah Allah mengirimkan air bah yang menerjang bukit-bukit seperti debu, tanpa ampun. Dan itu terjadi di akhir malam. Semuanya hanyut, rumah-rumah mereka tercerabut, harta mereka ludes, dan semua anggota keluarganya ikut terbawa air. Kini semuanya hanya tinggal bekas, seakan-akan mereka tidak pernah ada. Yang ada hanyalah omongan dari mulut ke mulut.

Setelah tiga hari mencari unta, si bapak ini kembali ke lembah tempat tinggalnya. Tapi dia tidak merasakan kehadiran seseorang, tidak terdengar suara, tidak ada kehidupan, tidak ada orang bicara, dan tidak ada keceriaan. Tempat itu datar sama sekali. Ya Allah, sungguh sebuah bencana yang sangat berat, tak ada lagi istri, tak ada lagi anak-anak, tak ada lagi unta, tak ada domba, tak ada sapi, tak ada dirham, tak ada dinar, dan tak ada pakaian. Tak ada apa-apa. Sungguh sebuah musibah yang menghancurkan.

Satu-satunya unta yang masih ada lepas begitu saja. Dikejarnya unta itu. Ketika sudah hampir tertangkap, unta tersebut menendang wajah orang itu, dan membuatnya buta. Orang itu pun berteriak-teriak dengan harapan ada orang yang akan membawanya ke tempat yang bisa dia jadikan untuk berteduh. Berselang beberapa hari kemudian, suara itu terdengar oleh seorang Badui. Dihampirinya orang itu, dan dituntunnya. Kemudian si bapak buta ini dibawa menghadap al-Walid ibn 'Abdul Malik, khalifah di Damaskus. Orang itu pun menceritakan kejadian yang menimpa dirinya. Kata al-Walid, "Lalu bagaimana sikapmu?" Jawab si bapak, "Saya ridha kepada Allah."

Sebuah kalimat yang sangat agung, yang diucapkan oleh seorang muslim yang di dalam hatinya terdapat tauhid. Ia menjadi bukti bagi orang-orang yang bertanya, nasehat bagi orang-orang yang mencari nasehat, dan pelajaran bagi orang-orang yang mau mengambil pelajaran.

Kepada orang yang tidak ridha dan tidak menerima keputusan Dzat yang menentukan, maka terserah kepada mereka. Bila mereka merasa

mampu, maka carilah lorong ke dalam tanah, atau tangga menuju ke langit. Jika mau,

Maka hendaklah ia merentangkan tali ke langit, kemudian hendaklah ia melaluinya, kemudian hendaklah ia pikirkan apakah tipu dayanya itu dapat melenyapkan apa yang menyakitkan hatinya? **(QS. Al-Hajj: 15)**

Rehat

Jika bersedih, panggillah jiwamu dengan harapan sebagai janji,
karena kebaikan bagi jiwa adalah adanya janji.
Jadikan harapanmu menjadi perisai atas serangan putus asamu,
hingga waktu akan menghapus kesedihan itu.
Tutuplah dirimu terhadap orang yang sering duduk bersamamu,
karena mereka selalu iri dan mendengki.
Tak usah khawatirkan akan terjadi sesuatu,
sebab ini akan membuat orang yang hidup
mati sebelum kematian itu sendiri.
Kesedihan itu tidak akan abadi,
seperti juga kesenangan tidak akan lestari.
Kalau saja bukan karena hal yang mempengaruhi jiwa,
pasti tak akan ada kehidupan yang lurus bagi orang yang terjaga.

Pengambil Keputusan

Kemudian, apabila kamu telah membulatkan tekad, maka bertawakallah kepada Allah. Sesungguhnya, Allah menyukai orang-orang yang bertawakal kepada-Nya. **(QS. Ali 'Imrân: 159)**

Banyak di antara kita tidak yakin ketika akan mengambil keputusan, sehingga gelisah, bingung, dan ragu menyelimuti hati. Akhirnya, dia selalu berada dalam keadaan tertekan dan pusing berkepanjangan. Adalah kewajiban seorang hamba untuk selalu bermusyawarah atau beristikharah kepada Allah. Kemudian merenung sebentar, setelah itu. Jika kemudian

dia merasakan ada sesuatu yang menurutnya paling tepat, majulah dan jangan ragu-ragu. Sekarang, bulatkan tekad, tawakal, dan mantapkan hati, agar hidup ragu-ragu dan bimbang cepat berakhir.

Sebelum perang Uhud, Rasulullah berdiri di depan mimbar memimpin musyawarah. Para sahabat merekomendasikan agar Rasulullah turun langsung ke medan perang. Maka Rasulullah segera memakai baju perang dan mengambil pedang. Tapi rekomendasi para sahabat itu justru membuat mereka kikuk sendiri, sehingga harus meyakinkan kepada Rasulullah, "Apakah kami telah membuatmu tidak suka wahai Rasulullah? Bagaimana kalau engkau tinggal di Madinah saja?"

Rasulullah menjawab, "Tak pantas bagi seorang nabi jika dia telah memakai baju perangnya untuk melepaskannya kembali, hingga Allah menentukan apa yang akan terjadi antara dia dengan musuhnya." Rasulullah keluar dengan semangat yang tinggi.

Sebenarnya, dalam menghadapi sebuah permasalahan tidak perlu sikap ragu. Masalah apa pun harus dihadapi dengan tekad yang bulat dan kuat. Sebab, keberanian dan kepemimpinan itu tampak ketika dalam pengambilan keputusan.

Rasulullah juga bermusyawarah dengan para sahabatnya pada saat perang Badar:

> *Dan, bermusyawarahlah dengan mereka dalam urusan itu...*
>
> **(QS. Ali 'Imrân: 159)**

> *Sedang urusan mereka (diputuskan) dengan musyawarah.*
>
> **(QS. Asy-Syûrâ: 38)**

Sikap ragu-ragu adalah ketidakberesan dalam melihat sebuah permasalahan, semangat yang loyo, ketidakbulatan tekad, kegigihan yang tak tertata, dan perjalanan yang terhambat. Ragu-ragu adalah penyakit yang tidak ada obatnya kecuali dengan ketekadan, perbuatan, dan keteguhan hati. Banyak kasus yang menjelaskan bahwa keputusan-keputusan kecil dan permasalahan-permasalahan sepele harus maju-mundur tak pernah selesai selama bertahun-tahun. Dalam hal ini bisa diterka bahwa faktor orangnya lah yang harus dibenahi. Mereka selalu ragu dan tidak punya keteguhan hati untuk mengambil keputusan, yang bisa jadi karena faktor dalam dirinya atau faktor luar. Mereka memberi jalan kepada kegagalan untuk menyatu dengan jiwa mereka, dan ternyata berhasil.

Yang harus dilakukan setelah mempelajari kenyataan adalah memikirkan permasalahan itu, bertukar pendapat dengan orang yang bijaksana dan berpengalaman, ber-*istikharah* kepada *Rabb* alam semesta, berjalan ke depan menghadapi masalah, dan menyelesaikan yang sudah ada di depan mata terlebih dahulu.

Abu Bakar ash-Shiddiq juga bermusyawarah dengan para sahabat terlebih dahulu sebelum menentukan sikap apakah akan memerangi orang-orang yang murtad atau tidak. Para sahabat merekomendasikan untuk tidak memerangi mereka. Tapi Abu Bakar lebih memilih perang dengan pertimbangan bahwa dengan perang akan tampak kebesaran Islam, memangkas benih-benih fitnah yang akan muncul berikutnya, dan menekan kelompok-kelompok yang berpotensi akan keluar dari kesucian agama. Cahaya Allah yang diterimanya pada waktu tidur menguatkan pendapatnya bahwa perang lebih baik. Maka, Abu Bakar pun membulatkan tekadnya dan bersumpah, "Dan demi Dzat Yang jiwaku ada di tangan-Nya, saya akan perangi orang yang membedakan antara shalat dan zakat. Demi Allah, seandainya mereka tidak mau menyerahkan tali kepala yang pernah mereka berikan kepada Rasulullah, niscaya aku akan perangi mereka."

Setelah peristiwa itu selesai, Umar mengatakan, "Ketika saya menyadari bahwa Allah telah membukakan hati Abu Bakar, saya tahu bahwa apa yang dia lakukan adalah benar." Buktinya, Abu Bakar jalan terus dengan pendapatnya, dan berhasil. Pendapatnya memang sangat bagus dan benar, tanpa pretensi dan penyimpangan apapun.

Sampai kapan kita terus goyah? Sampai kapan kita berjalan di tempat? Dan sampai kapan kita terus ragu untuk mengambil keputusan?

Jika punya pendapat, maka kuatkan tekadmu itu,

karena pendapat itu akan hancur ketika kamu ragu.

Menggagalkan rencana yang sudah setengah jalan adalah kebiasaan orang-orang munafik dengan selalu mempertanyakan lagi rencana yang sudah dijalankan dan mempertanyakan lagi rencana-rencana yang masih akan diambil.

Dan, jika mereka berangkat bersama-sama kamu, niscaya mereka tidak menambah kamu selain kerusakan belaka. **(QS. At-Taubah: 47)**

Orang-orang yang mengatakan kepada saudara-saudaranya dan mereka tidak turut pergi berperang: "Sekiranya mereka mengikuti kita, tentulah

mereka tidak terbunuh." Katakanlah: "Tolaklah kematian itu dari dirimu, jika kamu orang-orang yang benar." **(QS. Ali 'Imrân: 168)**

Mereka selalu mengatakan "seandainya", "... akan jadi begini jika begini", dan "bisa jadi". Dampaknya, kehidupan mereka pun berdiri di atas pengandaian, di atas langkah yang maju-mundur, dan ketidakjelasan.

Mereka dalam keadaan ragu-ragu antara yang demikian (iman dan kafir): tidak masuk pada golongan ini (orang-orang beriman) dan tidak (pula) kepada golongan ini (orang-orang kafir). **(QS. An-Nisâ` : 143)**

Sesekali mereka bersama kita dan lain kali bersama mereka, kadang-kadang di sini dan kadang-kadang di sana.

Disebutkan dalam hadits: *"Laksana domba-domba yang banyak yang berada di antara dua kawanan kambing."*

Dan pada saat terjepit, mereka akan mengatakan,

Sekiranya kami mengetahui akan terjadi peperangan, tentulah kami mengikuti kamu. **(QS. Ali 'Imrân: 167)**

Dengan mengatakan seperti itu sebenarnya mereka tidak jujur kepada Allah dan diri mereka sendiri. Mereka menghindari masa-masa susah dan akan datang ketika keadaan mulai membaik. Di antara mereka berkata,

Berilah saya ijin (tidak pergi berperang) dan janganlah kamu jadikan saya terjerumus ke dalam fitnah. **(QS. At-Taubah: 49)**

Keputusan yang mereka ambil adalah keputusan ke arah kegagalan dan kesengsaraan. Mereka berkata dalam surat Al-Ahzab:

Sesungguhnya rumah-rumah kami terbuka (tidak ada penjaga).

(QS. Al-Ahzâb: 13)

Ayat di atas adalah pernyataan yang intinya adalah dalih agar bisa berkelit dari kewajiban, dan menghindar dari kebenaran yang nyata.

Berpendirianlah Seteguh Gunung Uhud

Di antara ciri orang mukmin adalah berpendirian teguh, pantang menyerah, tidak kenal mundur, dan punya keinginan yang kuat.

Sesungguhnya, orang-orang yang beriman hanyalah orang-orang beriman kepada Allah dan Rasul-Nya, kemudian mereka tidak ragu-ragu.

(QS. Al-Hujurât: 15)

Sedangkan ciri orang munafik adalah:

Karena itu mereka selalu bimbang dalam keragu-raguan.

(QS. At-Taubah: 45)

Keputusan yang mereka buat pun tidak lurus. Ketika keputusan itu ada di belakang mereka, maka mereka pun mengingkarinya, dan ketika mereka berjanji maka mereka akan melanggarnya. Wahai hamba Allah, ketika kilat kebenaran itu menyala terang, *zhann* yang ada di benakmu itu lebih kuat, dan manfaat-manfaat yang bisa diraih jelas, maka lakukanlah dengan tanpa mempertimbangkan ini itu lagi dan jangan ditangguhkan.

Buanglah kata "seandainya", "kelak akan", dan "bisa jadi".

Melajulah seperti pedang di tangan seorang pahlawan.

Ada seorang suami yang selalu ragu untuk menceraikan istrinya yang telah membuatnya merasa tua dan miskin. Suami itu pun mengadukan permasalahannya kepada hakim. Hakim bertanya, "Berapa tahun engkau hidup bersama istrimu ini?"

Jawab suami tadi, "Empat tahun."

Hakim itu bertanya keheranan, "Selama empat tahun, dan engkau mampu menelan pil kehidupan?"

Memang benar ada yang disebut kesabaran, ketabahan, dan penantian. Tapi, sampai kapan? Hanya orang yang peka yang tahu apakah sesuatu itu sempurna atau tidak, baik atau tidak, bisa dilanjutkan atau tidak? Saat itulah dia akan segera mengambil keputusan.

Seorang penyair berkata,

"Obat penawar bagi yang tidak disukai adalah segera melepaskannya."

Dari cerita-cerita tentang perjalanan hidup orang itu bisa ditarik kesimpulan bahwa keraguan dan kebingungan bisa menyerang umat manusia kapan saja. Namun umumnya umat manusia itu mudah sekali ragu dan bingung.

Pertama, pada saat menentukan tempat belajar dan spesialisasi yang akan diambil. Rata-rata calon mahasiswa ketika harus masuk pendidikan tinggi, tidak tahu harus mengambil jurusan apa, dan itu makan waktu lama

untuk menimbang dan memilih. Banyak mahasiswa yang membuang-buang waktunya hingga bertahun-tahun karena ragu jurusan apa yang harus dipilih dan fakultas mana yang harus dimasuki. Ada sebagian yang ragu sebelum mendaftar, sampai akhirnya waktu pendaftaran habis. Dan, ada juga masuk jurusan apa saja, dan hanya betah setahun dua tahun. Pertamanya, masuk fakultas syariah, kemudian berpaling ke fakultas ekonomi, dan setelah beberapa semester pindah ke kedokteran. Usianya pun habis terbuang untuk berpindah-pindah jurusan.

Seandainya dari awal mau mempelajari kemampuan dirinya, bermusyawarah, dan sering melakukan *istikharah*, kemudian tidak menoleh kanan kiri, niscaya akan bisa menghemat umurnya dan akan memperoleh apa yang dia inginkan dari spesialisasi yang diambilnya.

Kedua, pada saat memilih pekerjaan yang sesuai. Sebagian orang ada yang tidak tahu apa profesi yang cocok untuk dirinya. Saat sudah menjadi pegawai negeri, ia masuk ke perusahaan (sebagai karyawan). Tak berapa lama kemudian ia keluar dari perusahaan itu untuk merintis usaha dagang. Karena tidak tahu apa yang harus dilakukannya dalam dagang, maka ia pun bangkrut, dan jatuhlah miskin. Dan terakhir, malah luntang-lantung tak punya pekerjaan.

Saya tegaskan di sini, barangsiapa dibukakan sebuah pintu rezeki, maka hendaklah ia menekuninya. Itu berarti, rezekinya memang ada di pintu itu. Karena siapa pun yang menekuni satu bidang kerja niscaya akan datang kepadanya kemudahan, pertolongan dan hikmah.

Ketiga, pada saat menentukan untuk menikah. Banyak pemuda yang maju-mundur dalam menentukan istri. Terkadang pendapat orang lain masuk mempengaruhi penentuan pilihan. Menurut bapak, ada seorang wanita yang cocok untuk anaknya, namun itu bukan pilihan anak yang bersangkutan dan tidak disetujui ibunya. Mungkin saja si anak (terpaksa) setuju dengan pilihan bapaknya, tapi akhirnya rumah tangga anaknya tidak sesuai dengan yang diharapkan dan dikehendaki.

Nasehat yang bisa saya sumbangkan adalah bahwa Anda jangan maju, khususnya, dalam masalah pernikahan kecuali dari sisi agama, kecantikan, dan kepribadian sudah bisa diterima. Sebab masalah pernikahan adalah masalah kelangsungan hidup si wanita, dan bukan sesuatu yang ketika tidak lagi berharga, lalu dengan bebas dicampakkan begitu saja.

Keempat, pada saat hendak menjatuhkan talak. Sehari berikutnya sudah bulat keinginannya untuk berpisah, sehari kemudian ingin hidup

bersama lagi, dan sehari berikutnya berkeinginan untuk mengakhiri kebersamaannya, dan hari berikutnya berkeinginan untuk memutuskan tali hubungannya. Dengan terlalu sering berubah pikiran seperti itu, maka dia pun dilanda keletihan, dirundung panas jiwa, dan rusak cara berpikirnya. Semua itu, hanya Allah yang tahu.

Kesempitan jiwa ini harus diakhiri dengan keputusan yang pasti. Manusia itu hidup hanya sekali, hari-hari yang telah dilaluinya tidak akan berulang, jam-jam yang sudah lewat tidak akan kembali lagi. Karenanya, ia harus berusaha menikmati waktu yang tidak akan kembali itu, dan agar waktu menghantarkan kita kepada kebahagiaan dengan cara menetapkan keputusan. Ketika orang muslim telah menetapkan keinginannya, membulatkan tekad, dan bertawakal kepada Allah setelah sebelumnya ber-*istikharah* dan meminta rekomendasi dari sana-sini, maka ia sebagaimana dikatakan di muka,

"Jika mau, maka ia akan meletakkan matanya di antara dua keinginannya, dan mau tahu apa akibat yang mungkin terjadi."

Ia melaju bagaikan aliran air, meluncur ke depan bagaikan sabetan pedang, kokoh bagaikan jaringan waktu, dan memancar bagaikan pancaran fajar.

Karena itu bulatkanlah keputusanmu dan (kumpulkanlah) sekutu-sekutumu (untuk membinasakanku). Kemudian janganlah keputusanmu itu dirahasiakan, lalu lakukanlah terhadap diriku, dan janganlah kamu memberi tangguh kepadaku. **(QS. Yûnus: 71)**

Siapa Menanam, Dia Akan Menuai

Kadang, sungguh mengherankan kita ini. Kita menginginkan orang lain menjadi penyantun dan tidak suka marah, tapi kita sendiri sering marah. Kita menginginkan mereka menjadi dermawan, tapi kita sendiri kikir. Ketika kita menginginkan mereka menepati janji dengan semangat persaudaraan yang baik, tapi kita sendiri tidak pernah melakukannya.

Kau ingin orang menjadi sopan tidak ada cela,
tapi adakah kayu yang berbau semerbak yang tanpa asap?
Siapa orang yang bisa mendapatkan kesempurnaan pada diri saudaranya?
Ibn Rumi mengatakan,

Di antara keanehan zaman adalah engkau menginginkan orang lain sopan tapi engkau sendiri bertindak tidak sopan.

Rehat

Wahai orang yang mengadu, apa penyakitmu?
Bagaimana kau bisa berangkat jika kau sakit?
Seburuk-buruk pendosa adalah jiwa yang berlindung sebelum berangkat, sebelum berangkat.
Kau lihat duri di pohon mawar,
menghalangi mata untuk melihat bahwa di sana ada bunga yang indah
Dia adalah beban bagi kehidupan,
bagi yang berpikir, kehidupan adalah beban yang berat
Jiwa yang tidak pernah melihat sesuatu sebagai keindahan,
tak akan pernah tahu apa itu keindahan
Nikmatilah cuaca pagi selagi masih pagi,
jangan takut pergi, sebab dia akan pergi dengan sendirinya.
Jika di kepalamu ada kesedihan, maka potonglah
dan jangan kau usik agar tidak memanjang.
Burung-burung tahu apa kelemahannya,
maka sungguh celaka jika kau masih tak mengerti juga.
Apa pendapatmu, jika ladang milik orang dijadikan tempat canda,
dan tidur siangnya.

Konsekuensi dari Berucap Menarik

Kebahagiaan akan terasa sempurna ketika kita sudah melakukan semua kewajiban kepada Dzat Pencipta, dan kepada semua makhluk ciptaan-Nya. Berucap merupakan hal yang sangat mudah dilontarkan, dibumbui, dan dimaniskan. Tapi lebih sulit mempraktekkan ke dalam perilaku yang mencerminkan sifat-sifat mulia dan amal salih.

Mengapa kamu suruh orang lain (mengerjakan) kebajikan, sedang kamu melupakan diri (kewajiban) mu sendiri, padahal kamu membaca Al-Kitab (Taurat)? Maka tidakkah kamu berpikir? **(QS. Al-Baqarah: 44)**

Orang yang menyuruh orang lain melakukan *amar ma'ruf* sementara dia sendiri meninggalkannya, dan yang melarang orang lain melakukan

kemungkaran sementara dia sendiri melanggarnya, akan ditempatkan di dalam neraka. Kemudian dia berkeliling dengan isi usus yang terburai seperti keledai yang mengelilingi alat penumbuk gandum. Maka, para penghuni neraka bertanya kepadanya mengapa ia juga binasa. Jawabnya, "Saya menyuruh kalian melakukan yang *ma'ruf* namun saya sendiri tidak melakukannya, dan saya melarang kalian menjauhi yang *mungkar* namun saya sendiri melakukannya."

Wahai yang mengajarkan ilmu kepada orang lain,

apakah ada ilmu dalam dirimu?

Seorang mubalig yang sangat terkenal, bernama Abu Mu'adz Ar-Razi, berdiri kemudian menangis, dan orang-orang pun turut menangis. Ar-Razi berkata,

"Orang yang tidak bertakwa akan menyuruh orang lain bertakwa,

seorang dokter yang harus mengobati ternyata tidak sehat. "

Adalah kebiasaan sejumlah ulama salaf untuk mengeluarkan sedekah terlebih dahulu sebelum menyuruh orang lain mengeluarkan sedekah. Baru kemudian ia menyuruh bersedekah, yang kemudian direspon dengan sangat antusias.

Seorang pemberi nasehat pada kurun awal penyebaran Islam, ingin menyuruh orang lain untuk membebaskan budak. Banyak sekali budak yang lewat dirinya meminta sumbangan kepada masyarakat. Langkah awal yang dilakukan adalah mengumpulkan dana pada waktu yang cukup lama, kemudian baru membebaskan seorang budak. Setelah menjadi pelopor pembebasan budak, baru ia menyuruh orang lain. Langkahnya kemudian diikuti oleh banyak orang, dan banyak budak yang dibebaskan.

Ketenangan Hati Hanya Ada di Surga

Sesungguhnya Kami telah menciptakan manusia berada dalam susah payah. **(QS. Al-Balad: 4)**

Ahmad ibn Hanbal pernah ditanya, "Kapan ketenangan itu?"

Jawabnya, "Jika kamu menginjakkan kakimu di surga, maka kamu akan merasakan ketenangan."

Tidak ada waktu istirahat sebelum di surga. Yang ada di dunia ini hanyalah gangguan, kebisingan, fitnah, peristiwa-peristiwa mengerikan, musibah, dan bencana: sakit, kesedihan, kegundahan, kedukaan, dan putus asa.

Dunia diciptakan penuh dengan ujian,

dan kau menginginkannya bersih dari musibah dan ujian.

Seorang teman yang pernah belajar di Nigeria—seorang yang penuh amanah—mengabarkan kepada saya bahwa ibunya selalu membangunkannya pada sepertiga akhir malam. Katanya, "Wahai ibu, saya ingin ketenangan sebentar."

Jawab ibunya, "Saya tidak membangunkanmu kecuali agar engkau bisa tenang. Wahai anakku, jika engkau telah masuk surga, maka tenanglah (engkau di sana)."

Masruq–salah seorang ulama salaf—pernah tertidur sambil sujud. Keunikan Masruq ini mengundang pertanyaan teman-temannya, "Apakah engkau sedang menenangkan jiwamu?"

Jawab Masruq, "Saya ingin menenangkannya."

Orang-orang yang memburu ketenangan dengan meninggalkan yang wajib, sesungguhnya mempercepat azab dalam arti yang sebenarnya. Ketenangan itu justru ada dalam pelaksanaan amal kebaikan dan manfaat yang menyeluruh, dan memanfaatkan waktu sebaik-baiknya untuk mendekatkan diri kepada Allah.

Orang-orang kafir menginginkan kehidupannya dan ketenangannya hanya di dunia. Oleh sebab itu mereka berkata,

Ya Rabb kami, cepatkanlah untuk kami azab yang diperuntukkan bagi kami sebelum hari berhisab. **(QS. Shâd: 16)**

Menurut sejumlah ahli tafsir, maksud ayat ini adalah, "Percepat bagian kebaikan dan bagian rezeki kami sebelum datangnya hari Kiamat."

Sesungguhnya, mereka (orang-orang kafir) menyukai kehidupan dunia.
(QS. Al-Insân: 23)

Dan, mereka juga tidak pernah memikirkan hari esok, juga masa depan. Oleh sebab itu, pada hari ini maupun hari esok, dalam kerja maupun hasilnya, dan pada awal maupun akhirnya mereka merugi.

Demikianlah kehidupan itu diciptakan, ujungnya adalah kefanaan. Kehidupan adalah minuman kotor, yang merupakan campuran berwarna

yang tidak pernah tetap, ada kenikmatan, ada kesengsaraan, ada tekanan, ada kelegaan, ada kekayaan, dan ada kemiskinan.

Kami keliling dan keliling,

kemudian semuanya yang kaya dan yang miskin teriak.

Dalam lubang yang paling bawah adalah lubang

dan yang paling atas adalah tanah nan datar.

Inilah akhir cerita mereka:

Kemudian mereka (hamba Allah) dikembalikan kepada Allah, Penguasa mereka yang sebenarnya. Ketahuilah, bahwa segala hukum (pada hari itu) kepunyaan-Nya. Dan Dialah Pembuat perhitungan yang paling cepat.

(QS. Al-An'âm: 62)

Rehat

Betapa banyak kau mengeluh dan berkata tak punya apa-apa,

padahal bumi, langit, dan bintang adalah milikmu

Ladang, bunga segar, bunga yang semerbak,

burung bulbul yang bernyanyi riang.

Air di sekitarmu memancar berdecak,

dan matahari yang di atas kepalamu memandang geram penuh amarah.

Cahaya di kaki dan puncak bukit membangun tanah lapang yang rata

di bukit-bukit dan sebentar lagi rusak.

Dunia ceria kepadamu lalu mengapa kau cemberut,

dan dia tersenyum kenapa kau tidak tersenyum.

Jika kau sedih dengan kemuliaan yang telah lalu,

tak kan lagi penyesalan mengembalikannya

Atau kau murung karena adanya musibah,

tapi tak mungkin kau mencegah datangnya musibah.

Jika telah kau lewati masa mudamu jangan kau katakan,

zaman telah tua sebab zaman tak pernah tua.

Lihatlah masih ada gambar-gambar yang mengintip di balik embun
yang seakan bicara karena indahnya.

Sikap Lemah Lembut Membantu Mencapai Tujuan

Banyak sekali *atsar* dan *nash-nash* yang mengkaji tentang sikap lemah lembut. Kelembutan adalah penolong yang tidak pernah menolak jika dimintakan kebutuhan. Dan, harus Anda ketahui bahwa jalan sempit antara dua tembok yang hanya bisa dimasuki oleh satu mobil, tidak akan bisa dilalui oleh satu mobil dengan laju yang kencang. Untuk melaluinya, seorang sopir harus mengemudikan mobilnya dengan hati-hati dan pelan-pelan. Kalau dia mengendarainya dengan laju yang kencang, pastilah dia akan terbanting ke kiri dan ke kanan. Mobil pun jadi rusak. Jalan yang dilalui tetap, dan mobil yang dikendarai itu-itu juga, tapi bedanya dengan sopir pertama adalah cara mengemudikannya. Yang pertama dengan lembut, dan yang kedua dengan kasar. Sama dengan pohon kecil yang kita tanam di taman halaman rumah. Jika Anda menyiraminya sedikit demi sedikit, maka air itu akan diserap oleh tumbuhan itu dan menyegarkannya. Namun dengan ukuran air yang sama dan Anda siramkan kepada pohon yang baru ditanam itu sekaligus, maka tanaman itu akan tercabut. Banyaknya air sama tapi caranya yang berbeda.

Orang yang melepas pakaiannya dengan lembut (pelan-pelan) bisa dipastikan pakaiannya akan tetap utuh. Berbeda dengan orang yang menariknya dengan kasar, maka pakaian itu akan 'mengeluh' karena kancingnya lepas ataupun jahitannya terkoyak.

Cara saudara-saudara Yusuf yang tidak sistematis dalam merekayasa cerita, justru menampakkan kebohongan mereka: dari pakaian yang mereka bawa dan pengakuan mereka bahwa Yusuf dimakan serigala. Kebohongan itu terletak pada cara mereka menanggalkan baju Yusuf dengan tidak kasar, sehingga tidak ada bekas sobekan. Logikanya, jika benar Yusuf dimakan serigala sebagaimana yang mereka ceritakan niscaya bajunya akan compang-camping.

Kehidupan kita ini sangat membutuhkan sikap lemah lembut. Setidaknya, lembut terhadap diri kita sendiri: *"Sesungguhnya jiwamu memiliki hak atas dirimu."* **(Al-Hadîts)**

Bersikap lembut terhadap saudara-saudara kita: "Sesungguhnya Allah Maha Lembut dan senang kelemahlembutan." **(Al-Hadîts)**

Dan, lembut terhadap kaum wanita: *"Berlakulembutlah terhadap botol-botol itu (kaum perempuan)."* **(Al-Hadîts)**

Pada bangunan jembatan kayu yang dibangun oleh orang-orang Turki tertulis: "Berhati-hatilah, berhati-hatilah." Itu adalah pesan, bila orang menyeberanginya dengan tenang pasti tidak akan terjatuh. Tapi bila dengan tergesa-gesa pasti akan terjatuh ke dasar sungai.

Dalam catatan harian seorang sastrawan asal Suriah yang tinggal di kota Salamiah, dituliskan bahwa dia memiliki sepeda motor. Suatu hari ia ingin menyeberang lewat jembatan yang dibangun oleh orang-orang Turki. Jembatan itu memang dimungkinkan dilewati sepeda motor, namun tetap dengan syarat harus pelan dan hati-hati. "(Tapi) saya melewati jembatan itu dengan kecepatan tinggi. Ketika sampai di bagian tertinggi jembatan dan tepat di tengah-tengah sungai, saya melihat ke kanan dan ke kiri. Dengan tanpa mengurangi kecepatan, sepeda motor pun lepas kendali dan pandangan saya tidak konsentrasi ke jalan. Saya dan sepeda motor saya akhirnya jatuh ke sungai."

Di sejumlah pintu masuk taman-taman bunga di beberapa kota di Eropa terpampang tulisan: "Berhati-hatilah!" Adanya dituliskan peringatan itu di depan pintu masuk maksudnya untuk menjaga kemungkinan orang yang masuk dengan tergesa-gesa, sehingga tidak memperhatikan tanaman yang indah dan bunga mawar yang sedang mekar itu. Bisa-bisa bunga itu terinjak dan rusak. Semua itu akibat tindakan yang tidak hati-hati.

Ada sebuah analogi yang punya nilai mendidik cukup dalam. Analogi tersebut berbunyi: Burung itu tidak akan berlaku lembut seperti halnya lebah. Dalam hadits juga disebutkan hal yang hampir sama: "Sesungguhnya orang mukmin itu laksana lebah, yang makan makanan yang baik dan mengeluarkan sesuatu yang baik. Dan, jika hinggap pada sebatang ranting tidak membuatnya patah."

Hinggapnya seekor lebah tidak dirasakan oleh bunga. Dia mengisap sarinya dengan sangat lembut, dan mendapatkan apa yang dia inginkan dengan cara yang sangat halus. Berbeda dengan burung, meski yang berubuh kecil, cara hinggapnya memberitahukan kepada orang-orang di sekitarnya bahwa dia hinggap. Ketika hinggap menjatuhkan beban tubuhnya dan terbang, ia mendorong dahan yang dihinggapinya.

Saya juga masih ingat kisah seorang pelukis India. Dia melukis sebuah lukisan yang sangat indah. Ringkas cerita, dia menggambar ranting gandum yang dihinggapi seekor burung. Dalam gambar itu, ranting gandum ini penuh dengan biji-bijian dan sedang tumbuh dengan baik dan tinggi. Seorang raja di India memajang lukisan ini di tempat kerjanya. Orang-orang yang masuk ke dalam ruangan itu selalu terkesan atas keindahan lukisan itu dan menyatakan salut kepada pelukisnya. Tiba-tiba ada seorang miskin yang memasuki kerumunan orang-orang itu, dan melihat pada lukisan yang sama. Orang miskin ini mengatakan bahwa lukisan itu salah. Mendengar pernyataan si miskin itu semua yang hadir ribut dan hingar bingar. Pendapatnya bertentangan dengan pendapat umum. Sang raja pun memanggilnya dengan lemah lembut seraya menanyainya, "Lalu bagaimana menurutmu?"

Si miskin itu menjawab, "Lukisan ini salah cara menggambarnya dan salah cara memvisualisasikannya."

Tanya raja selanjutnya, "Di mana letak kesalahannya?"

Jawab si miskin, "Pelukisnya melukiskan burung hinggap di atas ranting namun ranting itu dibiarkan tegak lurus. Tentu saja ini sebuah kesalahan. Logikanya, jika ranting gandum itu dihinggapi seekor burung pasti akan melengkung dan merunduk karena burung itu menumpukan beratnya sepenuhnya ke dahan dan tidak memiliki sifat lemah lembut."

Kata raja, "Kau benar." Mereka yang hadir juga menyatakan hal yang sama, "Kau benar." Lukisan itu pun diturunkan oleh raja, dan hadiah yang diberikan kepada pelukis itu ditarik kembali.

Para dokter juga selalu menyarankan agar menjaga sikap lemah lembut pada saat proses pengobatan, pada saat bekerja, pada saat memberi, dan pada saat mengambil keputusan untuk mengobati pasiennya.

Air itu lembut dan memancar dengan penuh kelembutan, sedangkan angin ribut itu berisik dan menghancurkan. Dari sejumlah ulama salaf yang pernah saya baca kisah-kisah mereka, menyebutkan bahwa tanda kedalaman pemahaman seseorang terhadap agamanya adalah sikapnya yang lemah lembut ketika masuk rumah dan ketika keluar, ketika mengenakan baju dan ketika melepaskan sandal, dan ketika mengendarai kendaraannya."

Sikap terburu-buru dan gegabah dalam melakukan sesuatu akan mendorong ke arah bahaya dan hilangnya manfaat. Sebab kebaikan itu

dibangun di atas kelemah-lembutan: *"Tidaklah kelembutan itu ada dalam sesuatu, kecuali dia akan menghiasinya, dan tidaklah kekasaran itu ada pada sesuatu kecuali dia akan mencemarkannya."*

Berinteraksi dengan penuh kelembutan akan meluluhkan jiwa, menuntun hati, dan meluruhkan nurani. Orang yang lemah lembut adalah kunci semua kebaikan. Jiwa-jiwa yang maksiat akan patuh kepadanya dan hati-hati yang penuh kedengkian akan takluk kepadanya:

> *Maka, disebabkan rahmat dari Allah-lah kamu berlaku lemah lembut terhadap mereka. Sekiranya kamu bersikap keras lagi berhati kasar, tentulah mereka menjauhkan diri dari sekelilingmu.* **(QS. Ali 'Imrân: 159)**

Hai bulan yang bersinar terang, bersikaplah lembut,

jangan menjadi seperti angin yang menderu-deru

Dengan sinarmu kau sinari wajahku,

dan wajahmu dalam kegelapan tampak sangat elok

Angin bertiup sangat kencang, merobohkan rumah-rumah dan istana.

Rehat

Thaha Husein berbicara tentang dirinya dengan menjelmakan dirinya sebagai orang lain, "Dia melihat dirinya sebagai satu dari sekian banyak orang, yang dilahirkan sebagaimana mereka, yang hidup sebagaimana mereka, dan yang membagi waktu dan aktivitas sebagaimana mereka pula. Namun, dia tidak terlalu akrab dengan seseorang, dan tidak pernah percaya sepenuhnya terhadap sesuatu. Ada yang membatasi antara dirinya dengan orang lain dan sesuatu. Dari luar tampak keridhaan dan ketenangan, namun di dalamnya berkecamuk rasa tidak menerima, rasa takut, keresahan, dan keguncangan jiwa. Dia berada di tengah-tengah pada lengang tak bertepi, tak ada tanda-tanda, dan tidak jelas ke mana harus berjalan, dan mana tujuan yang akan dia tempuh."

Syaikhul lslam ibn Taimiyah mengatakan, "Ada saat-saat kegembiraan itu datang memenuhi hati." Jika para penghuni surga itu mengalami kehidupan seperti yang aku rasakan, maka alangkah indahnya kehidupan mereka.

Ibrahim ibn Adham mengatakan, "Kita berada dalam sebuah kehidupan yang jika para raja itu tahu bagaimana nikmatnya kehidupan kita ini mereka pasti akan memenggal kepala kita dengan pedang."

Tak Ada Gunanya Berduka

Maksud saya membahas masalah ini adalah agar saya sampai pada sebuah kesimpulan, dengan sasaran yang saya bidik agar manusia itu tidak uring-uringan, menyerah sepenuhnya kepada *qadha'*, ridha terhadap pilihan *Rabb*-nya, dan tidak bersedih hati atas sesuatu yang telah lalu.

Pada saat saya masih di sekolah dasar, saya selalu ingin menjadi yang terbaik di antara teman sekelas. Oleh karena itu, saya paksakan diri untuk belajar mati-matian. Setiap kali saya menyerahkan kertas ujian muncul perasaan sedih, gundah, gelisah, dan khawatir terhadap hasil dan nilai yang akan saya capai. Di rumah, saya kembali mengulangi jawaban-jawaban terhadap soal-soal yang diujikan. Saya kemudian mengira-ngira nilai yang bisa saya raih, dan memperbaiki jawaban-jawaban saya. Saya menggigiti kuku saya karena gundah. Ketika nilai keluar, ada yang menyenangkan dan ada juga yang membuat kecewa. Namun sejauh ingatan saya, kegundahan itu tidak pernah bisa menaikkan ranking saya di kelas, tidak menjadikan jawaban saya benar, dan tidak pula mengangkat nilai rapor saya.

Aku hidup tanpa mempedulikan hasil,
tidak ada gunanya untuk peduli.

Ketenangan Ada Dalam Rasa Puas

Saya pergi ke *Ma'had Riyâdhil 'Ilmi* untuk belajar, dan meninggalkan keluarga saya di wilayah Selatan. Selama belajar itu saya tinggal bersama paman-paman saya dalam keadaan yang serba susah, studi yang melelahkan, transportasi yang sulit, dan urusan rumah tangga yang rumit. Setiap pagi, saya berjalan kaki selama kurang lebih tiga sampai tiga setengah jam. Di siang harinya, saya pulang dengan berjalan kaki juga dengan waktu tempuh yang hampir sama atau lebih. Pagi, siang dan malam hari saya ikut membantu memasak, menyapu rumah, mencuci, memperbaiki perabotan, membersihkan dapur, belajar, dan juga mengikuti kegiatan kampus. Saya berhasil mendapatkan prestasi yang menggembirakan, dan pekerjaan di rumah selalu beres. Baju yang saya miliki hanya satu, yang setiap hari saya cuci, gosok, dan pakai. Baju itu pula yang saya pakai di rumah, ke kampus, dan ke pertemuan-pertemuan yang saya ikuti. Beasiswa yang saya terima sangat minim. Kebutuhan rumah tangga, sewa rumah, dan untuk makan sehari-harinya menggunakan uang dari beasiswa ini. Kami hanya mampu membeli sedikit daging, dan jarang-jarang makan buah. Setiap hari pekerjaan

saya belajar, menghafal dan membaca. Dalam sebulan hanya sekali atau lebih untuk *refreshing*. Tak kurang dari tujuh belas mata pelajaran yang dipelajari, termasuk bahasa Inggris, geometri, aljabar, serta ilmu-ilmu umum lainnya. Tentunya di samping mata pelajaran agama dan bahasa Arab. Sejak kelas I Menengah Atas saya telah meminjam buku-buku sastra dari *Ma'had Riyadhil Ilmi.* Jika saya membaca buku-buku sastra rasanya sedang tidak bersama teman-teman, karena saking konsentrasinya.

Apa yang ingin saya katakan di sini adalah bahwa walaupun saya berada dalam kehidupan yang serba sulit dan melarat, namun saya sangat bahagia. Saya bisa tidur dengan pulas, tenang, dan puas. Kemudian, dengan nikmat Allah itu saya mendapatkan tempat tinggal yang luas, makanan yang cukup, berbagai macam pakaian, dan kehidupan yang mudah. Namun demikian, saya merasa tidak berada dalam kepribadian saya yang dulu. Kini banyak sekali kesibukan, gangguan, dan tekanan. Ini semua menunjukkan bahwa tercukupinya segala sesuatu bukan berarti kebahagiaan dan ketenangan. Oleh sebab itu, jangan mengira bahwa penyebab kesedihan, keresahan, dan kesuntukan yang Anda alami itu adalah karena kekurangan materi atau tidak adanya fasilitas-fasilitas yang mewah dalam kehidupan Anda. Tidak benar, cara berpikir seperti itu. Banyak orang yang hidup pas-pasan tapi lebih bahagia daripada kebanyakan orang yang kaya raya.

Bayangkan Kemungkinan Terpahit

Sejak kelas I Menengah Atas, di *Ma'had Abha*, saya selalu berusaha untuk menjadi yang terdepan. Saya berharap bisa mengalahkan yang terbaik, setidaknya saya di posisi kedua. Dan, perolehan nilai saya memberikan gelar istimewa. Saya belajar dan berusaha sampai-sampai harus begadang malam. Namun apa yang terjadi? Ketika nilai keluar, alih-alih saya bersama mereka yang lulus, ternyata malah gagal dalam mata pelajaran bahasa Inggris. Kegagalan ini membuat saya sedih dan murung. Memang mata pelajaran ini adalah yang paling sulit buat saya, dan membebani. Setiap kali mata pelajaran itu, selalu saya tidak bisa menghafal dan memahaminya. Awan hitam kesedihan pun menyelimuti diri saya. Untuk beberapa malam saya tidak bisa tidur. Banyak teman yang mengejek saya. Yang terjadi di luar perkiraan saya sejak awal. Bahkan sejak awal saya membayangkan bisa mendapatkan nilai istimewa dengan posisi ranking pertama. Perasaan saya jadi galau, dan serba salah. Dan, yang lebih menyakitkan adalah ketika guru saya memanggil saya, menghibur saya, dan memberi motivasi

kepada saya. Jawaban saya mengutip sebuah syair: *Segala sesuatu itu jika tidak sempurna berarti kurang, maka janganlah tertipu dengan keindahan hidup.*

Di kemudian hari, setiap kali saya mengingat kegalauan, saya menghadapi kejadian itu. Dan, upaya saya untuk mengelak dari keadaan tersebut adalah dengan mengutip bait syair tadi. Saya merasa heran dan geli terhadap diri saya sendiri. Semua kesedihan itu sama sekali tidak memberikan apa-apa yang positif untuk saya, dan kemurungan itu sama sekali tidak merubah kenyataan yang sudah terjadi. Mungkin bila saya turuti perasaan itu, saya tidak bisa mengikuti ujian susulan.

Pesan saya, jangan mengira ketika Anda bersedih dan murung karena kegagalan, Anda bisa berubah menjadi sukses seketika itu juga. Atau, kenyataan akan berubah dengan sendirinya untuk kebaikan Anda. Tidak, tidak akan. Bahkan, kesedihan akan semakin menambah dan melipatgandakan kegagalan itu sendiri.

Pada saat sidang tesis dalam konsentrasi hadits, saya merasa ada harapan besar untuk mendapatkan predikat istimewa, seperti juga yang dialami lainnya. Saya merasa bahwa jawaban-jawaban saya benar, dan dalam sidang saya bisa meyakinkan. Ternyata hasil yang keluar hanya predikat sangat bagus. Saya tak habis pikir dan sedih. Kata teman saya menasehati, "Bayangkan bila engkau gagal total dalam sidang tesis, dan tesis yang telah engkau buat untuk satu dan lain sebab, harus engkau tinggalkan. Nah, pada saat itu apa yang harus engkau lakukan? Apa bedanya antara dua predikat kelulusan—istimewa dan sangat memuaskan—itu dalam bentuk kongkritnya, jika tujuannya itu-itu juga: mendapatkan ijazah magister?"

Kalau ditimbang-timbang, memang benar apa yang dikatakan teman saya itu. Dan, cara pandang obyektif seperti itu membuat hati saya sejuk dan tenang. Oleh sebab itu, bercermin dari pengalaman pribadi saya, saya berpesan: jika Anda mengalami kejadian yang menyedihkan dan membuat bingung, maka siapkan diri Anda untuk menghadapi kemungkinan yang paling buruk, lalu selamatkan apa yang bisa Anda selamatkan. Namun jika Anda malah menyerah dan terlarut dalam kesedihan, maka semua pelajaran yang saya kemukakan di atas tidak akan ada gunanya. Yang ada kemudian hanyalah kesempitan dan kesuntukan hati.

Saya belajar dari kejadian di program magister ini ketika sidang doktoral saya harus ditunda. Padahal disertasi saya sudah benar, dan benar menurut kaidah-kaidah penulisan disertasi. Saya sudah tidak sabar sidang segera digelar. Tapi ternyata ditunda agak lama, dan penundaan itu

membuat hati saya merasa bahwa segalanya akan mudah karena saya lebih punya banyak waktu untuk mempersiapkan diri. Perasaan semacam itu belum pernah saya rasakan sebelumnya. Perasaan seperti itu justru membuat saya siap untuk menghadapi segala kemungkinan terburuk. Setelah lulus, rasanya semua kejadian itu tidak pernah terjadi.

Dalam dunia usaha, ketika orang membayangkan kemungkinan bahwa usahanya akan bangkrut dan habis-habisan, maka ketika baru mengalami kerugian sedikit saja, dia akan menerimanya. Sama seperti orang yang membayangkan kemungkinan akan dibunuh, yang akan bersyukur ketika ternyata hanya dipenjarakan saja. Perasaan yang antisipatif seperti itu akan membuat segalanya terasa mudah dan ringan.

Jika Masih Sehat dan Bisa Makan, Maka Katakan Kepada Dunia: "Salam sejahtera"

Pada tahun 1400 H., saya terlibat dalam sebuah kampanye dakwah di dekat perbatasan Yaman. Syaikh Abdul 'Aziz ibn Baz berkesempatan membuka acara kampanye ini. Ketika itu, saya dan dosen saya untuk mata kuliah tafsir di Fakultas Ushuluddin, ditugaskan pergi ke Abha. Pulangnya ke tempat kampanye itu (dari Abha ke Tihamah) melalui jalur pegunungan dengan jalanan yang berkelok-kelok. Gunung-gunung itu telah hancur akibat banjir yang ganas. Dosen saya ini memang mencurahkan seluruh waktunya untuk ilmu tafsir, tapi itu merupakan salah satu bukti bahwa pengetahuannya mengemudikan mobil kurang. Terbukti dia menolak tawaran saya untuk menggantikan menyetir, dengan alasan tidak enak kepada saya atau karena sayang kepada mobilnya. Alih-alih dengan kesadarannya tidak terlalu lihai membawa mobil ini membuatnya lebih mengurangi kecepatan. Tapi ini tidak, dia menyetir seperti sedang balapan. Sampai-sampai kami hampir terjungkal ke jurang. Untungnya tubuh kami terikat oleh sabuk pengaman mobil itu. Mobil itu mengeluarkan suara berisik.

Malam itu kami bagaikan antara hidup dan mati. Saya sendiri waktu itu sudah menitipkan dunia ini kepada akhirat, tapi *alhamdulillah* bisa kembali hidup lagi. Geraham, kedua kaki, dan tangan ngotot. Kemudian tubuh saya lemas. Saya sudah menasehati dan memintanya untuk pelan-pelan. Tapi rupanya permintaan saya itu justru membuatnya semakin menambah kecepatan. Akhirnya kami sampai di jalanan di lembah yang becek. Saat itu turun hujan cukup deras. Jalanan tergenang air, tapi kami tak menghiraukan.

Kami pun terus melaju. Ketika kira-kira sampai di tengah-tengah lembah, roda mobil kami terendam air, dan sedikit demi sedikit air itu masuk ke dalam mobil. Kami pun menghentikan mobil dan keluar. Karena kondisi sudah parah, mobil kami tinggalkan begitu saja. Kami berdua merayap naik ke dinding lembah dengan susah payah. Akhirnya, kami tertahan di atas lembah dari tengah malam hingga pagi: tanpa makanan, minuman, selimut, ataupun kasur. Saat itu kami sedang menunggu kematian, kalau ketinggian air terus bertambah hingga menenggelamkan kami. Namun tidak terjadi demikian, kami senang karena masih bisa hidup kembali. Keadaan selama terjebak itu lebih baik jika dibandingkan dengan kenyataan bahwa nyawa kami harus terenggut oleh air bah. Kami bersyukur kepada Allah karena masih diberi keselamatan, walaupun penuh dengan derita, kecapekan akibat perjalanan, dan tidak bisa tidur malam.

Pada pagi harinya, orang-orang yang menolong kami, tiba. Kami kembali dengan selamat.

Pada saat itu saya juga teringat cerita tentang sebuah kapal perang Amerika yang ikut berperang dalam perang dunia kedua. Ceritanya, perahu itu tertembak dan hampir tenggelam di laut Jepang. Dan sejumlah awaknya terjebak dalam ruangan di kapal itu, dan berada di dalam air selama tiga belas hari. Waktu itu mereka sudah kehabisan suplai logistik. Dalam ruangan di bawah air itu hanya ada air dingin dan roti kering. Ketika kemudian mereka berhasil diselamatkan, mereka ditanya, "Pelajaran terbaik apa yang bisa kamu dapatkan dalam peristiwa itu?"

Jawab mereka, "Pada hari-hari yang mengerikan seperti itu, kami mengerti bahwa siapa saja yang masih diberi kesehatan dan masih bisa makan dan minum, maka dia telah merasakan memiliki seluruh dunia."

Pertanyaan saya kemudian: apa dunia itu? Apakah dunia hanya kesehatan badan, ketenangan batin, sepotong roti yang Anda makan, seteguk air yang Anda minum, dan sehelai baju yang Anda kenakan. Dan, selain itu bukan?

Mengapa saya dan Anda tidak menghitung apa yang kita punya dan apa yang tidak kita punya?

Jawabnya adalah bahwa 80% lebih dari semua sarana kenikmatan hidup itu sebenarnya ada pada diri kita, dan hanya kurang dari 20% yang tidak kita punyai. Dan, semua manusia sama, seperti saya dan Anda, yang pada saat-saat tertentu ujian tampak menjadi lebih besar daripada nikmat. Saya dan Anda terlalu mudah menangis terhadap apa yang tidak kita

punya, dan tidak pernah tersenyum terhadap apa yang kita punya. Kita juga bersedih atas semua yang gagal kita raih, dan tidak pernah senang atas kebaikan yang dapat kita raih. Kita memelas terhadap semua yang menimpa kita, dan tidak pernah mensyukuri atas apa yang masih ada serta yang masih banyak.

Padamkan Api Dendam Sebelum Membakar Diri Anda

Sepanjang hidup saya, rasanya saya tidak pernah menuntut hak atau membalas secara lisan terhadap kritikan dan tekanan yang menghancurkan. Karena menuntut hak dan membalas secara lisan itu hanya akan menuai kerugian dan penyesalan yang lebih besar. Artinya, saya mengira bahwa jika saya membersihkan diri dari keburukan dan tekanan yang memang harus menimpa, maka dengan pembersihan diri dan menuntut itu saya telah mengembalikan hak, anggapan, dan kedudukan jiwa saya. Tapi ternyata sebaliknya. Justru itu menimbulkan kerenggangan antara saya dengan orang yang mengkritik dan menekan saya. Lebih dari itu, menyulutkan api permusuhan dan sikap tidak menerima meski jelas-jelas ia yang bersalah. Akhirnya, saya memutuskan untuk tidak menuntut hak saya, dan bahwa jalan terbaik untuk keluar dari masalah ini adalah memaafkan, menganggapnya tidak pernah terjadi, bersabar, tabah, dan menutup telinga dan mata terhadap semua yang pernah terjadi. Ternyata seperti inilah ajaran wahyu Allah:

Jadilah kamu pemaaf dan suruhlah orang mengerjakan yang ma'ruf, serta berpalinglah dari orang-orang yang bodoh. **(QS. Al-A'râf: 199)**

Dan, hendaklah mereka memaafkan dan berlapang dada. **(QS. An-Nûr: 22)**

Dan, orang-orang yang menahan amarahnya dan memaafkan (kesalahan) orang. **(QS. Ali 'Imrân: 134)**

Tolaklah (kejahatan) itu dengan cara yang lebih baik, dan tiba-tiba orang yang antaramu dan antara dia ada permusuhan seolah-olah dia telah menjadi teman yang amat setia. **(QS. Fushshilat: 34)**

Dan, apabila orang-orang jahil menyapa mereka, mereka menyatakan kata-kata yang baik. **(QS. Al-Furqân: 63)**

Oleh karena itu, jika mendengar kata-kata yang tidak mengenakkan terucap oleh mulut orang lain, jangan buru-buru membalasnya sampai kata-kata itu terucap sepuluh kali. Sebaliknya, jika mendengar pujian atas diri Anda, maka bersikaplah seakan-akan Anda tidak mendengarnya. Permasalahannya, jika Anda membalasnya dengan syair yang lain, maka orang akan sibuk dengan balasan syair itu dan akan masuk ke dalam koleksi para sastrawan. Jika ada pernyataan pedas yang dialamatkan kepada Anda, maka redamlah kepedasannya itu dengan bersikap pura-pura tidak tahu. Anggaplah bahwa orang yang menyatakan itu tidak mengarahkannya kepada diri Anda. Jika ada yang mengkritik karena dengki, maka biarkan ia bicara apa saja dan anggap bahwa dia sedang bercakap-cakap dengan tembok bangunan. Kalangan salaf pernah memberikan tips bahwa ketabahan hati itu akan menguburkan segala aib.

Laut yang luas tidak akan terpengaruh
oleh lemparan batu seorang anak kecil.

Laut itu suci airnya, halal bangkainya. Air itu bila sudah melebihi dua *qullah,* maka tidak lagi akan dianggap najis jika ada benda najis yang masuk ke dalamnya. Seperti itulah analogi seorang yang sabar, berani, dan cerdas, memiliki kekebalan untuk dibenci orang.

Sesungguhnya orang-orang yang membenci kamu, dialah orang yang terputus. **(QS. Al-Kautsar: 3)**

Dan, memiliki benteng yang kokoh yang melindunginya dari gangguan orang iseng.

Maka, sesungguhnya kamu berada dalam penglihatan Kami.
(QS. Ath-Thûr: 48)

Jangan Merendahkan Kedudukan Seseorang

Ada satu kebijakan yang selalu saya terapkan dalam kehidupan saya. Dengan kebijakan tersebut, tindakan saya jarang gagal. Kebijakan itu adalah bahwa memuji dengan sopan dan apa adanya itu akan bisa merebut hati orang lain. Siapa pun orang itu, yang se-*wara'* dan se-*zuhud* apa pun, tapi ketika menghadapi pujian maka hatinya akan luluh dan merasa sejuk. Dan, tentunya tergantung banyak sedikitnya pujian yang dilontarkan.

Saya pernah duduk bersama para ulama yang ketakwaan dan pemahamannya terhadap agama sangat dalam. Dan, saya dapat merasakan bahwa ketika mereka mendapatkan ucapan terima kasih dan pujian, maka jiwa mereka akan luluh dan akan tampak jelas gurat-gurat kegembiraan di wajahnya. Kata-kata yang lembut memiliki dampak yang sangat kuat di dalam hati. Dan, *manhaj* yang benar dari Rasulullah menyuruh kita untuk menempatkan manusia sesuai dengan posisinya, dalam bentuk penghormatan. Kemampuan diri untuk membuat orang lain dan diri Anda sendiri bahagia dengan menciptakan komunikasi yang baik, merupakan karunia Allah yang besar.

> *Maka, disebabkan rahmat dari Allah-lah kamu berlaku lemah lembut terhadap mereka. Sekiranya kamu bersikap keras lagi berhati kasar, tentulah mereka menjauhkan diri dari sekelilingmu.* **(QS. Ali 'Imrân: 159)**

Penulis buku *How To Win Friend and Influence People*—Dale Carnegie—melihat bahwa salah satu faktor untuk bisa merangkul hati orang lain adalah memuji dengan sebanyak-banyaknya. Tapi pendapat demikian tidak sejalan dengan pendapat saya. Bagi saya, untuk merangkul hati orang lain seseorang harus memberikan pujian sewajarnya dan tidak berlebihan.

> *Sesungguhnya Allah telah mengadakan ketentuan bagi tiap-tiap sesuatu.* **(QS. Ath-Thalâq: 3)**

Ayat ini menegaskan bahwa seseorang tidak boleh memuji yang tidak-tidak, tidak boleh terlalu kering, dan tidak boleh pula terlalu pelit memberikan pujian. Tapi harus dilakukan cara bermoral, penuh etika yang tinggi, dan kejujuran terhadap nilai-nilai kebaikan.

Baik saya maupun Anda bisa saja bersungut-sungut dan bermuram durja di depan orang lain. Tapi risikonya, kita akan merugi karena kita kehilangan mereka. Sementara, mereka tidak akan merugi sedikitpun karena mereka akan mendapatkan orang lain yang lebih *tawadhu*, yang tersenyum kepada mereka, dan yang lebih merendah di hadapan mereka:

> *Dan, berendah dirilah kamu terhadap orang-orang yang beriman.* **(QS. Al-Hijr: 88)**

Satu hal yang membuat kebahagiaan di hati adalah kemampuan menarik hati orang lain. Bagi Anda, orang lain adalah pihak yang akan memuji, mendoakan, mencintai, dan yang apresiatif terhadap diri Anda. Orang lain adalah saksi-saksi Allah di muka bumi.

Serta ucapkanlah kata-kata yang baik kepada manusia.

(QS. Al-Baqarah: 83)

Saya banyak mengenal orang-orang yang pandai membaur dengan orang lain dari latar belakang yang berbeda-beda. Mudah sekali hati orang itu tertarik kepada mereka, dan jiwanya luluh di hadapan mereka. Mereka ibarat daun *Safsaf* yang tertiup angin dingin. Pandangan orang akan selalu tertuju kepadanya dimanapun dia berada dan kemanapun pergi. Wajah mereka selalu ceria saat bertemu dengan siapa saja. Hati mereka bersih, mulut mereka jauh dari kata-kata kotor. Sungguh bahagia mereka, dan sungguh bahagia orang-orang yang mendapatkan imbas dari sikap mereka.

Sangat terbuka pintu bagi siapa saja agar bisa diterima orang lain, yang tidak harus membelinya dengan harta senilai harta Qarun, tidak dengan yang senilai kerajaan Sulaiman, dan tidak pula dengan yang senilai khilafah Harun al-Rasyid. Siapa pun bisa diterima orang lain, asalkan niatnya didasarkan pada ketulusan hati kepada Allah, karena kecintaan kepada orang lain agar menjadi baik, karena kecintaan kepada Allah dan Rasul-Nya, dan karena ketidaksukaannya untuk memanjakan jiwa.

Dan, memang, sifat terpuji dan sikap yang baik itu melelahkan. Mengapa? Sebab sifat-sifat seperti itu berkarakter mengangkat. Sebaliknya, sifat-sifat buruk dan tabiat yang kasar, sangat mudah dilakukan oleh siapa saja yang mau. Sebab, memang karakternya membawa turun. Logikanya, naik itu sulit dan turun itu mudah sekali.

Siapa yang meremehkan akan mudah diremehkan,

dan sebujur mayat itu tidak akan merasa sakit bila dilukai.

Pengalaman hidup saya menunjukkan bahwa dalam kehidupan ini ada sesuatu yang menunjukkan kepada Anda dan kepada siapa saja ke arah kebahagiaan. Yakni, menghormati bakat orang lain, memahami kemampuan orang lain, mendorong obsesi orang lain, dan tidak meremehkan kerja keras dan peran orang lain.

Sedangkan, sesuatu yang bisa membuat hidup seseorang menderita dan membuat jiwanya tertekan adalah sikapnya yang hanya melihat kepada dirinya sendiri. Menganggap bahwa dirinya lah bintang terang satu-satunya.

Saya juga banyak berteman dengan orang-orang yang suka melakukan amal kebaikan yang biasa-biasa saja menurut ukuran dan kemampuan

mereka. Pada awalnya, saya mengira bahwa mereka itu melakukannya sebatas kemampuan mereka saja, tidak mau berlebih-lebihan dalam melakukan peran mereka, dan tidak terlalu menonjolkan kedudukan mereka. Tapi setelah saya dalami lebih jauh ternyata banyak di antara mereka itu melihat apa yang mereka usahakan jauh lebih tinggi dari kesan yang bisa ditangkap orang lain. Lebih tinggi dari gambaran orang lain.

Ada seorang mahasiswa yang menulis buku-buku kecil untuk dibagikan kepada kalangan remaja. Saya mendukung apa yang dia lakukan. Dan, ia pun lebih produktif membagi-bagikan buku-buku kecil berkalanya itu. Saya tahu bagaimana ia menanggapi respon orang lain atas tulisannya, berapa harga yang dibebankan untuk mendapatkan buku kecil itu, bagaimana menyikapi pujian orang atas buku-buku yang ditulisnya, dan siapa saja yang memberikan respon. Saya sangat tertarik, betapa besar visi yang dimiliki mahasiswa ini dan betapa berharganya yang bisa dipersembahkannya kepada orang lain. Dan saya juga belajar darinya, betapa ia tidak emosi menghadapi orang yang meremehkan dan melihat usahanya itu dengan sebelah mata.

Saya juga pernah mendengar sebuah kaset rekaman seorang mahasiswa lain yang saya anggap cukup baik. Mahasiswa ini memang tidak terkenal. Saya ingin menyatakan rasa terima kasih dan dukungan saya untuk melanjutkan apa yang telah dia lakukan, maka saya pun meneleponnya. Dalam pembicaraan di telpon itu, saya memuji dan mengatakan kesan positif saya tentang kaset itu. Dan, ia menanggapi kesan saya itu dengan pertama-tama memuji kepada Allah agar kaset itu bisa memberikan manfaat yang luas di kalangan kaum muslimin. Seakan-akan kaset ini telah menyebar dan menyinari seluruh dunia seperti matahari. Dia juga menjelaskan bagaimana dirinya hadir dalam sebuah pertemuan. Dan, keterangan-keterangan lain yang tidak saya duga semula akan dijelaskannya. Dari situ saya tahu bahwa jiwa itu sering meletakkan ukuran, nilai, peran, dan pengaruh yang diciptakan oleh dirinya secara subyektif. Dan, cobaan seperti itu akan terasa sangat menyakitkan bila kemudian semua yang dibangga-banggakan itu dijatuhkan oleh orang lain.

Saya juga mengungkapkan rasa terima kasih kepada seseorang atas nasehat yang dia berikan. Saya mendengar apa yang dinasehatkannya, walaupun saya sendiri tidak hadir dalam forum itu. Dia juga menjelaskan kepada saya tetang berapa jumlah orang yang hadir, bagaimana respon mereka, bagaimana hati mereka tersentuh hingga meneteskan air mata, dan bagaimana kemudian orang-orang bertaubat karena nasehat-nasehatnya.

Pada intinya, hati-hati jangan meremehkan status orang lain apa pun itu, jangan merendahkan orang lain, dan memandang sebelah mata terhadap kemampuannya.

> *Janganlah suatu kaum mengolok-olok kaum yang lain (karena) boleh jadi mereka (yang diolok-olok) lebih baik dari mereka (yang mengolok-olok) dan jangan pula wanita-wanita (mengolok-olok) wanita-wanita yang lain (karena) boleh jadi wanita-wanita yang (diolol-olok) lebih baik daripada (yang mengolok-olok).* **(QS. Al-Hujurât: 11)**

Satu hal yang membuat diri Anda dicintai orang lain adalah motivasi dalam diri Anda untuk mengembangkan potensi yang ada, wujud perhatian Anda kepada mereka, dan sikap Anda yang selalu terbuka menerima mereka. Ini merupakan *manhaj Qur'ani*:

> *Dan, janganlah kamu mengusir orang-orang yang menyeru Rabb-nya di pagi hari dan di petang hari.* **(QS. Al-An'âm: 52)**

> *Dan, bersabarlah kamu bersama-sama dengan orang-orang yang menyeru Rabb-nya di pagi hari dan di senja hari.* **(QS. Al-Ahzâb: 28)**

> *Dia (Muhammad) bermuka masam dan berpaling. Karena telah datang seorang buta kepadanya. Tahukah kamu barang kali ia ingin membersihkan dirinya (dari dosa).* **(QS. 'Abasa: 1-3)**

Disebutkan dalam sirah Rasulullah bahwa yang membuat Jabalah ibn al-Ayham berpaling dari Islam adalah karena dia merasa diremehkan posisinya dan tidak mendapatkan perhatian sebagaimana yang dia harapkan.

Thaha Husein menyebutkan dalam bukunya *Al-Ayyaam* bahwa seorang syaikh dari Universitas Al-Azhar pernah mengujinya pada saat ujian penerimaan masuk. Kata syaikh itu kepadanya, "Orang buta, bacalah surat Al-Kahfi!" Kata-kata itu terus terngiang di telinganya, mengganggunya, dan menyinggung harga dirinya. Karena kasus itu, ia pun memaki-maki Al-Azhar dengan penuh dendam dan kebencian. Dan, saat itu pula ia langsung angkat kaki dari universitas itu untuk selama-lamanya.

Siapa orangnya yang secara naif menjatuhkan harga dirinya dan tidak menjaganya? Siapa orangnya yang melihat bahwa dirinya tidak berharga dan tidak ada sesuatu yang perlu diucapkan? Tak seorang pun, jawabnya. Semua orang mencintai dirinya, semua orang akan mengangkat harga dirinya, dan semua orang akan mengatakan kepada orang lain tentang kemampuannya.

Coba perhatikan ketika Anda berada dalam sebuah majelis, bahwa orang yang berbicara di majelis itu akan selalu menyebut "saya" dan bersaya-saya: saya katakan, saya keluar, saya bertemu, dikatakan kepada saya, saya dihubungi. Apakah majelis itu hanya ada saya dan Anda—tanpa mempedulikan keterlibatan yang lain—yang ingin memicingkan sebelah mata terhadap kedudukan-kedudukan lain dan potensi-potensi jiwa yang ada?

Di kelas dua Sekolah Menengah Pertama di Riyadh saya belajar menulis syair, dan saya sangat memperhatikan masalah syair. Saya menulis serangkaian syair untuk majalah sekolahan, dan syair-syair saya mendapat pujian dari para guru. Saya merasa diri saya sudah seperti Abu Tamam, al-Mutanabbi, atau lebih baik sedikit dari mereka.

Suatu hari, murid-murid dari sekolah lain berkunjung ke sekolah kami, dan diadakan acara penyambutan. Dalam acara itu saya diminta untuk menyampaikan sebuah *qashidah* karena tak ada seorang pun di antara teman-teman kami yang punya kemampuan merangkai kata-kata atau menulis syair seperti saya. Maka, terlintaslah dalam benak saya bentuk syair seperti yang ada dalam ayat:

Kemudian, kamu tidak mendapat air, maka bertayammumlah kamu dengan tanah yang baik (suci). **(QS. An-Nisâ` : 43)**

Setelah itu saya serahkan syair itu kepada seorang guru sastra di sekolah. Dia memuji isi, bentuk puisi, dan keindahan kata-katanya. Saya percaya saja, dan memang saya mengira bahwa syair saya memang benar-benar indah dan jarang ada. Namun setelah besar, setelah mendalami sastra, dan memahami tentang syair, saya tertawa kepada diri saya sendiri dan merasa geli dengan *qashidah* yang pernah saya tuliskan dulu.

Pembukaan syair itu berbunyi begini,

Untukmu wahai sekolahku tercinta, cinta yang indah

dan cita-cita yang di depan mata.

Apa manfaat yang dapat saya dan Anda petik dengan merendahkan orang lain? Mereka tidak akan pernah menarik lagi langkah-langkah mereka sendiri. Mereka hanya akan merasa terganggu dan merasa disulut api kebencian.

Oleh sebab itu, pujilah hal-hal baik dalam kehidupan orang lain, tanamkan kepada mereka sifat-sifat kebaikan, dukung tindakan positif mereka,

dan tutup matamu rapat-rapat terhadap keburukan dan kekurangan mereka.

Siapa Menanam, Akan Mengetam

Sejumlah kalangan bijak mengatakan bahwa orang yang selalu mencari-cari aib orang lain itu bagaikan lalat yang hanya akan hinggap pada luka. Dan orang mulai terjangkiti kata "akan tetapi", sehingga setiap kali mengatakan tentang seseorang selalu saja: "Ada kebaikan dalam dirinya, akan tetapi ...." Perhatikan apa yang dikatakan setelah "akan tetapi" itu, yang pasti kritik, nada menyalahkan, dan pernyataan yang menjatuhkan.

Kecelakaanlah bagi setiap pengumpat lagi pencela.

(QS. Al-Humazah: 1)

Yang banyak mencela, yang kian kemari menghambur fitnah.

(QS. Al-Qalam: 11)

Dan, janganlah sebahagian kamu menggunjing sebahagian yang lain.

(QS. Al-Hujurât: 12)

Kebahagiaanku dan kebahagianmu itu terletak dalam bagaimana membahagiakan orang lain, bagaimana menciptakan kegembiraan pada diri mereka, dan bagaimana menempatkan potensi, kemampuan, dan kebaikan mereka. Sejauh pengamatan saya, semakin kita menghormati, memperhatikan dan mengakui kebaikan orang lain, maka akan semakin besar pula penghormatan, perhatian, dan pengakuan mereka terhadap diri kita.

Sebaliknya, semakin kita tak acuh dan berpaling dari mereka maka semakin pula mereka tak acuh dan berpaling dari kita.

Sebagai pembalasan yang setimpal. **(QS. An-Nabâ` : 26)**

Apakah bisa dikatakan orang cerdas, orang yang ingin dihormati orang lain sementara dia sendiri menginginkan orang lain terpuruk? Tentu saja sangat tidak adil.

Kecelakaan besarlah bagi orang-orang yang curang.

(QS. Al-Muthaffifîn: 1)

Jangan Remehkan Upaya Orang Lain

Ada pelajaran penting yang dapat saya tangkap dari interaksi sosial yang terjalin selama ini, bahwa salah satu bentuk usaha untuk membahagiakan diri sendiri dan orang lain adalah dengan memberikan penghormatan yang pantas dengan yang dihormatinya. Salah satu contoh, memanggil seseorang dengan sapaan yang disenanginya, yakni dengan namanya yang sebenarnya atau gelarnya. Sungguh dingin dan berat perasaan orang yang menyebut nama saudaranya dengan konteks-konteks yang tidak jelas misalnya, "Anda, si ini" atau "Si itu". Apakah dengan memanggil seperti itu Anda ingin orang lain tidak mengenal Anda, memanggil Anda dengan nama yang salah, atau menyapa dengan gelar yang tidak benar? Saya tidak yakin.

Sikap mengabaikan dan menjatuhkan orang lain menunjukkan ketidakpekaan perasaan dan keras kepala.

Seorang istri yang telah berusaha mangatur rumah, merapikan posisi perabot, dan menambahkan wangi-wangian untuk menyegarkan ruangan, tentu akan tidak habis pikir ketika suaminya masuk dan tidak acuh terhadap usaha istrinya ini. Tak ada ekspresi apa-apa, dingin. Sikap suami seperti ini akan memupuskan semangat dan perhatian.

Berilah perhatian terhadap orang lain, ungkapkan rasa terima kasih Anda terhadap hasil karya orang lain, dan pujilah pemandangan yang bagus, bau yang menyegarkan, perbuatan yang baik, sifat yang terpuji, *qashidah* yang menyentuh, dan buku yang bermanfaat, agar nama Anda dicatat dalam daftar orang-orang yang bisa membalas budi dan jujur sebagai orang yang berkepribadian.

Singkirkan Kebiasaan Meniru yang Berlebihan

Saya mendengar penyair Umar Abu Risyah saat dia membacakan syairnya *"Anâ fi Makkah"*, yang awalnya sebagai berikut:

Masihkah kau berada di persimpang malam

menanti kebenaran, wahai pengantin pasir?

Cara menyampaikannya yang baik, penampilannya yang menawan, dan suaranya yang merdu membuat saya terbawa. Saya sendiri hafal *qashidah*-nya, dan cara menyampaikannya. Kemudian, saya mencoba menciptakan *qashidah*, dan menyampaikannya di depan acara keilmuan

di sekolah. Saya mencoba menjelma menjadi sosok Abu Risyah, dan menirukan caranya menyampaikan *qashidah*. Tapi memang saya bukan Abu Risyah, penyampaian saya terasa kaku, membosankan, dan tidak keluar dari perasaan di dalam hati. Setelah itu, saya tinggalkan sama sekali *taqlid*, dan menyampaikan *qashidah* sesuai dengan watak saya.

Kisah serupa juga pernah terjadi pada seorang imam shalat di sebuah masjid di Jeddah, yang ketika itu saya menjadi makmum shalat 'Isya`. Si imam ini memaksakan diri untuk menirukan bacaan seorang qari` terkenal. Jadinya lucu. Suaranya jelas berbeda dengan suara *qari'* tersebut, lengkingannya berbeda dengan lengkingan dia. Keharusan-keharusan yang mestinya dijalankan oleh imam dimaksud menjadi kacau, suaranya tak sampai, dan nafasnya terengah-engah. Di belakangnya, saya capek mendengarkan tingkahnya dan kengoyoannya itu. Dari situ saya menyadari bahwa Sang Pencipta itu telah menciptakan kemampuan, potensi, dan sifat masing-masing bagi setiap orang berbeda dengan yang lain.

> *Untuk tiap-tiap umat di antara kamu, Kami berikan aturan dan jalan yang terang.* **(QS. Al-Mâ`idah: 48)**

Sampai di sini harus dipahami bahwa jika Anda ingin melakukan sebuah inovasi dan menanamkan pengaruh kepada orang lain, maka Anda tidak boleh bergeming dari cara, watak dan bakat Anda.

> *Katakanlah: "Tiap-tiap orang berbuat menurut keadaannya."*
> **(QS. Al-Isrâ` : 84)**

Jangan meniru suara orang lain dalam berbicara, cara berjalan orang lain dalam berjalan, dan cara duduk orang lain saat duduk agar Anda terlepas *taqlid*, meniru, dan menyerupai. Daya tarik, warna, dan ciri khas Anda itu ada dalam kemandirian Anda untuk berinovasi dan menanamkan pengaruh dalam diri orang lain. Juga, dalam cara Anda memberi yang berbeda dan cara menyajikan.

Jika Tidak Sanggup Melakukan Sesuatu, Maka Tinggalkan

Saya pernah berkhutbah Jum'at di kota Abha. Seperti biasa isi khutbah saya adalah tentang sirah Rasulullah. Menurut perasaan saya, para hadirin senang dengan apa yang saya sajikan, yang saya anggap tidak terlalu jelek.

Kemudian saya diminta untuk berbicara tentang mahalnya mahar, karena banyak orang yang membutuhkan keterangan mengenai masalah ini. Judul seperti ini memang sangat apresiasif yang cenderung menampilkan contoh-contoh dan kasus-kasus yang umum terjadi, satu hal yang tidak bisa saya lakukan. Kemampuan, potensi, dan aktivitas saya lebih banyak pada kajian seputar sirah, sehingga kalau menyampaikan masalah-masalah pun saya selalu menjelaskannya dari sudut pandang sirah. Tapi karena permohonan mereka itu, saya iyakan. Dan, saya pun terpaksa berkhutbah tanpa teks. Saya kutipkan ayat dan hadits. Kemudian saya tambahkan beberapa hadits lain dari sana-sini dalam upaya untuk memfokuskan wilayah pembahasan. Tapi bukan tambah menjelaskan tapi malahan membuat bingung. Tubuh saya keluar keringat dingin, tak ada respon sama sekali, dan akhirnya saya hentikan khutbah saya. Selama berkhutbah tadi tak satu pembahasan pun yang jelas yang berkaitan dengan tema awal. Akhirnya saya sampai pada keyakinan bahwa yang paling baik untuk saya lakukan adalah berbicara tentang satu hal yang sangat saya kuasai, bahwa saya harus mengendurkan syaraf saya dari tekanan beban.

Dan bukanlah aku termasuk orang yang mengada-adakan.

(QS. Shâd: 86)

Kata Umar, kita dilarang untuk memikul beban terlalu berat. Jika kita ingin bahagia, mendapatkan ketenangan jiwa, dan dapat memberikan yang terbaik untuk orang lain, maka kita harus berbicara, bekerja, dan memberikan sesuatu yang kita mampu melakukannya. Dalam sebuah hadits disebutkan: "*Sesungguhnya Allah sangat senang terhadap seseorang di antara kalian yang jika melakukan suatu pekerjaan maka akan melakukannya dengan baik.*"

Melakukan sesuatu dengan baik itu adalah penawar jiwa dari penyakit sesal, ketenangan jiwa dari tuntutan yang tidak dikuasai, dan penunaian amanah kepada yang berhak.

Jangan Ceroboh!

Suatu hari saya mengumpulkan dua belas macam buku tafsir: *Tafsîr at-Thabari, Ibn Katsîr, al-Baghawi, az-Zamakhsyari, al-Qurthubi, Fî Zhilâl il Qur'an, asy-Syinqîthi, ar-Râzi, Fath al-Qadîr, al-Khâzin, Abu Mas'ûd* dan *al-Qâsimi*. Setelah itu saya bertekad untuk membaca satu ayat setiap harinya. Saya

mulai dari kitab tafsir yang pertama sampai selesai, kemudian kitab yang kedua, ketiga sampai akhirnya semua tafsir selesai saya baca. Setelah itu saya tanyakan kepada diri saya: apa yang melekat di otak saya? Ternyata tidak ada yang melekat selain makna-makna kata yang sebelumnya tidak saya mengerti. Perasaan bosan dan jenuh pun menghinggapi diri saya, yang penyebabnya adalah cara membaca kitab-kitab tafsir tersebut salah, tidak teratur, dan tidak sistematis. Saya membaca kitab-kitab tersebut dengan ingin segera dapat menyelesaikan semuanya.

Apakah Anda menginginkan sesuatu yang berguna dengan cara yang tenang? Jawabnya, jangan menyibukkan diri dengan banyaknya referensi dan pustaka, membuyarkan konsentrasi otak, dan membuat hati menjadi letih. Tapi buatlah rencana secara berkesinambungan, yang tidak menciptakan rasa terburu-buru dan bosan, dan yang mendorong untuk tetap berbuat dan berkelanjutan, walaupun mungkin hasilnya tidak banyak. Sebab keberlanjutan untuk melakukan yang sedikit merupakan dasar yang besar. Rasulullah sendiri sangat senang terhadap pekerjaan yang dilakukan secara berlanjut walaupun hanya sedikit demi sedikit.

"Bermegah-megahan telah melalaikanmu."

Setelah mendapatkan sedikit uang, saya dengan semangat yang berkobar-kobar pergi ke sebuah toko buku umum, saya telah lama merencanakan untuk membeli sebuah buku—karena sangat ingin memilikinya. Di toko buku, saya pilih semua buku yang ada di rak dari semua disiplin ilmu hingga akhirnya terbeli puluhan buku tentang ilmu jiwa, *ushul fiqih*, dan pengetahuan umum. Suatu hari, muncul keinginan untuk membaca buku-buku yang baru saja dibeli itu tapi saya bingung bagaimana harus memulainya. Buku apa yang harus saya dahulukan, dan buku apa pula yang harus saya tangguhkan. Setelah saya baca, ternyata buku-buku itu banyak mengulangi tema yang sama. Apa yang ada di dalam buku satu ada pula pada buku yang lain. Bahkan ada di antara buku-buku itu yang sama sekali tidak memberi manfaat sebagaimana yang saya harapkan. Sementara yang lain hanya berisi obrolan tanpa ada isinya, dan tulisan tanpa makna. Setelah berlalu puluhan tahun, puluhan di antaranya tetap tidak bergeming di raknya karena tidak pernah saya sentuh. Bahkan, keberadaannya membuat saya bingung, belum lagi mengaturnya dan mengklasifikasikannya. Hingga akhirnya saya menemui beberapa ulama dan orang-orang bijak untuk mengatakan apa kendala yang

menimpa saya. Mereka kemudian membimbing saya ke sebuah cara yang baik dan bermanfaat, yakni dengan hanya memiliki buku-buku induk dan utama, dan beberapa buku yang sifatnya dasar. Langkah berikutnya adalah mengklasifikasikan, memilah-milahkan, membaca, mengkajinya secara terus-menerus, dan menyisihkan buku-buku yang tidak masuk kategori buku-buku di atas, kecuali untuk keperluan riset atau masalah-masalah spesifik yang memang membutuhkan buku-buku itu. Dengan nasehat yang benar ini jiwa saya menjadi lebih terkonsep dan perasaan saya menjadi lebih tenang.

Dari pengalaman tersebut saya menganjurkan: jika Anda memiliki perpustakaan sendiri atau senang membaca dan mengkaji sebuah permasalahan, maka prioritaskan buku-buku induk dan rujukan untuk dikaji agar tidak perlu lagi susah-susah mencari konsep untuk mengkaji sebuah permasalahan. Teori-teori apa yang harus dipakai dan pendapat-pendapat mana yang harus dipilih.

Ambillah yang utama, sebab di sana ada keistimewaan yang penting untuk melihat yang utama.

> *Bermegah-megahan telah melalaikan kamu, sampai kamu masuk ke dalam kubur.* **(QS. At-Takâtsur: 1-2)**

Ada sebuah kisah dalam kaitan dengan apa yang saya uraikan di atas. Saya ingat ada beberapa mahasiswa bertanya tentang buku-buku langka, manuskrip-manuskrip lama, dan karangan-karangan yang unik. Mereka pun rajin mengoleksi buku-buku seperti itu. Namun buku-buku itu jarang dibaca, dan pengetahuannya tentang buku-buku itu juga sangat minim. Keinginan mereka hanyalah memperbanyak koleksi bukunya, dan agar orang yang datang ke rumah mereka terkagum-kagum melihat koleksi buku mereka. Ada buku-buku *'Anqâ` Mughrib* dan *al-Kibrît al-Ahmar.* Mereka bersedih karena tidak mendapatkan koleksi tafsir Muqatil ibn Sulaiman, padahal dia sendiri belum pernah tuntas membaca *Tafsîr Ibn Katsîr.* Mereka juga merasa kurang puas karena tidak mendapatkan buku *Fawâid Tammam* namun pada saat yang sama yang mereka tahu tentang *Fath al-Bâri* hanya nama penulisnya dan warna sampul kitabnya saja.

> *Dan, di antara mereka ada yang buta huruf, tidak mengetahui Al-Kitab (Taurat) kecuali dongengan bohong belaka dan mereka hanya menduga-duga.* **(QS. Al-Baqarah: 78)**

Oleh karena itu, jangan menyibukkan diri dengan masalah-masalah kecil dan justru mengabaikan masalah yang besar dan jelas. Jangan me-

nerima masalah-masalah *juz'iyyat* dan justru meninggalkan yang *kulliyyat*. Bisa dikutipkan kata-kata hikmah yang sesuai dengan tema ini: memulai itu dari yang paling penting terlebih dahulu. Orang yang tidak mengetahui tujuan, maka jalannya akan menjadi lebih panjang, yang hanya akan membuat kendaraannya dan dirinya kecapekan, tanpa mendapatkan hasil.

Tips Menjadi Orang yang Paling Bahagia

- Keimanan menghapuskan keresahan, dan melenyapkan kegundahan. Keimanan adalah kesenangan yang diburu oleh orang-orang yang bertauhid dan hiburan bagi orang-orang yang ahli ibadah.
- Yang lalu telah berlalu, dan yang telah pergi telah mati. Jangan dipikirkan yang telah lalu, karena telah pergi dan selesai.
- Terimalah *qadha'* yang telah pasti dan rezeki yang telah dibagi itu dengan hati terbuka. Segala sesuatu itu ada ukurannya. Karenanya, enyahkan kegelisahan.
- Ketahuilah, bahwa dengan mengingat Allah hati akan menjadi tenteram, dosa akan diabaikan, Allah akan menjadi ridha, dan tekanan hidup akan terasa ringan.
- Jangan menanti ucapan terima kasih dari sesama. Cukuplah pahala dari Dzat yang bergantung kepada-Nya segala sesuatu. Tak ada yang harus Anda lakukan terhadap orang yang membangkang, mendengki, dan iri.
- Ketika waktu pagi tiba, jangan menunggu sampai sore. Hiduplah dalam batasan hari ini. Kerahkan seluruh semangat yang ada untuk menjadi lebih baik di hari ini.
- Biarkan masa depan itu hingga dia datang sendiri, dan jangan terlalu berkepentingan dengan hari esok. Karena jika Anda melakukan terbaik di hari ini maka hari esok juga akan baik.
- Bersihkan jiwa dari dengki, dan jernihkan dari iri. Keluarkan penyakit permusuhan dan percekcokan dari dalam jiwa.
- Hindarilah sesama manusia kecuali untuk perbuatan baik. Jadilah orang yang senantiasa berada di dalam rumah, hadapilah hal-hal yang ada kepentingannya dengan diri Anda, dan kurangilah berbaur dengan banyak orang (yang tidak membawa manfaat).
- Buku adalah teman yang paling baik. Bercakap-cakaplah dengan buku, bersahabatlah dengan ilmu, dan bertemanlah dengan pengetahuan.
- Semesta ini dibangun di atas sebuah keteraturan. Karena itu, pakaian, rumah, meja, dan kewajiban Anda harus dikerjakan dengan rapi.

- Keluarlah ke tempat yang lapang, lihatlah kebun-kebun nan indah, dan sibaklah ciptaan dan kreasi Sang Pencipta.
- Anda harus berjalan-jalan dan berolah raga. Jauhi kemalasan dan ketidakberdayaan. Tinggalkan kekosongan dan pengangguran.
- Bacalah sejarah, pikirkan keajaiban-keajaibannya, renungkan keanehan-keanehannya, simak kisah-kisah dan kabar-kabarnya.
- Perbaharuilah hidup Anda. Jadikan hidup Anda lebih bervariasi. Ubahlah rutinitas hidup Anda.
- Jauhi dan kurangi makanan-makanan perangsang misalnya, kopi dan teh, dan hatilah-hatilah terhadap rokok, *syisya*, dan yang lainnya.
- Perhatikan kebersihan pakaian. Perhatikan bau badan. Perhatikan penampilan luar. Jangan lupa menggosok gigi dan memakai parfum.
- Jangan membaca buku-buku yang memanjakan pesimisme dan putus asa.
- Ingatlah, bahwa *Rabb* sangat luas ampunan-Nya, menerima taubat, mengampuni hamba-hamba-Nya, dan menggantikan kejahatan dengan kebaikan.
- Bersyukurlah kepada *Rabb* atas nikmat agama, akal, kesehatan, penutup (aib), pendengaran, penglihatan, rezeki, keluarga, serta nikmat-nikmat lainnya. Sebab, tidakkah Anda tahu bahwa di antara manusia itu ada yang hilang akalnya, terampas kesehatannya, dipenjarakan, dilumpuhkan, atau ditimpakan bencana?
- Hiduplah bersama al-Qur'an, baik dengan cara menghafal, membaca, mendengarkan, atau merenungkannya. Sebab, ini merupakan obat paling mujarab untuk mengusir kesedihan dan kedukaan.
- Bertawakallah kepada Allah dan serahkan semua perkara kepada-Nya. Terimalah semua ketentuan-Nya dengan sepenuh hati, berlindunglah kepada-Nya, dan bergantunglah kepada-Nya, karena sesungguhnya Dia cukup sebagai pelindungmu.
- Maafkanlah orang yang pernah melakukan kezaliman kepada Anda. Sambunglah tali silaturahmi orang yang memutuskan tali silaturahmi dengan Anda. Berilah orang yang pernah tidak pernah memberi kepada Anda. Bersabarlah terhadap orang yang berbuat jahat kepada Anda, niscaya Anda akan memperoleh rasa bahagia dan aman dalam diri Anda.
- Bacalah secara berulang-ulang *lâ <u>h</u>awla walâ quwwata illa billâhi*, karena bacaan ini akan membuat hati menjadi tenteram, memperbaiki keadaan, membuat yang berat menjadi ringan, dan membuat Yang Maha Kuasa menjadi ridha.
- Perbanyaklah membaca *istighfar*, sebab dengan *istighfar* akan ada rezeki, akan ada jalan keluar, akan ada keluarga, akan ada ilmu yang berguna, akan ada kemudahan, dan akan ada penghapusan dosa.

- Terimalah bentuk wajah, bakat, pemasukan, dan keluarga dengan kelegaan hati, niscaya Anda akan mendapatkan ketenteraman dan kebahagiaan.
- Ketahuilah, bahwa setelah kesulitan itu akan ada kemudahan, dan setelah kesulitan itu akan ada jalan keluar. Ketahuilah, bahwa keadaan seseorang itu tidak akan tetap selamanya. Hari-hari itu akan senantiasa bergulir.
- Optimistislah, jangan pernah berputus asa dan menyerah tanpa usaha. Berbaiksangkalah kepada *Rabb*. Dan, tunggulah segala kebaikan dan keindahan dari-Nya.
- Terimalah pilihan Allah untuk Anda dengan gembira. Sebab, Anda tidak tahu tentang kemashlahatan. Bisa jadi kesulitan itu lebih baik daripada kemudahan.
- Ujian itu akan mendekatkan jarak antara diri Anda dengan *Rabb*, akan mengajarkan kepada diri Anda bagaimana berdoa, dan akan menghilangkan kesombongan, ujub, dan rasa bangga diri dari diri Anda.
- Anda membawa banyak kenikmatan dalam diri Anda, dan membawa pundi-pundi kebaikan yang Allah karuniakan kepada diri Anda.
- Berbuat baiklah kepada sesama, dan baktikan kebaikan kepada semua orang agar Anda akan mendapatkan kebahagiaan dari menjenguk orang sakit, dari memberi sesuatu kepada orang yang membutuhkan, dan dari mengasihi anak yatim.
- Jauhilah buruk sangka, buanglah angan-angan, khayalan-khayalan yang merusak, dan pikiran-pikiran yang sakit.
- Ketahuilah bahwa Anda bukan satu-satunya orang yang mendapat ujian. Tidak seorang pun yang lepas dari kesedihan, dan tidak seorang pun luput dari kesulitan.
- Yakinlah bahwa dunia ini adalah tempat cobaan, ujian, tantangan, dan kesedihan. Karena itu, terimalah ia apa adanya dan mintalah pertolongan kepada Allah.
- Belajarlah dari orang-orang yang telah terdahulu: yang pernah dikucilkan, yang pernah dipenjarakan, yang pernah dibunuh, yang pernah diuji, dan yang pernah dibuang dan dikeluarkan dari negerinya.
- Pahala dari semua yang menimpa Anda ada pada Allah, baik itu kesedihan, keresahan, kelaparan, kefakiran, rasa sakit, hutang, dan musibah-musibah yang lain.
- Ketahuilah, bahwa kesulitan itu akan membuka pendengaran dan penglihatan, menghidupkan hati, mendewasakan jiwa, mengingatkan, hamba dan menambah pahala.
- Jangan menerka-nerka peristiwa, jangan menunggu keburukan, jangan percaya terhadap semua kabar yang tidak jelas, dan jangan menelan mentah-mentah cerita-cerita yang tidak benar.

- Kebanyakan yang ditakuti orang itu tidak pernah terjadi. Kebanyakan berita-berita yang menakutkan itu tidak pernah terjadi. Di sisi Allah lah semua kecukupan, dan di sisi Allah lah semua pengawasan dan pertolongan.
- Jangan banyak bergaul dengan orang-orang pendendam dan jangan pula dengan orang-orang pengangguran serta pendengki. Sebab mereka adalah penyakit jiwa, pembawa kesedihan dan keresahan.
- Usahakan melakukan *takbiratul ihram* bersama-sama, perbanyaklah berdiam diri di masjid, dan biasakan dirimu untuk menyegerakan shalat agar Anda mendapatkan kebahagiaan.
- Jauhilah dosa-dosa, sebab dia adalah sumber keresahan dan kesedihan, dan pintu ke arah musibah serta keadaan tertekan.
- Bacalah selalu *lâ Ilâha illa anta subhânaka inni kuntu minazh Zhâlimîn,* sebab doa ini memiliki rahasia yang sangat ajaib untuk melepaskan seseorang dari kesulitan, dan merupakan berita yang agung tentang dihapuskannya cobaan.
- Jangan terpengaruh dengan perkataan jelek dan ungkapan keji yang dikatakan tentang diri Anda, karena itu akan menyakiti orang yang mengatakannya, dan bukan diri Anda sendiri.
- Cercaan musuh dan umpatan orang-orang yang dengki kepada diri Anda setara dengan nilai diri Anda. Sebab, kini Anda menjadi bahan omongan dan seorang yang penting.
- Ketahuilah, bahwa orang yang mengghibah Anda berarti menyetorkan kebaikan-kebaikannya kepada Anda, menghapuskan kesalahan-kesalahan Anda, dan menjadikan diri Anda orang yang terkenal. Tentu saja yang demikian ini adalah nikmat.
- Jangan terlalu ketat menekan diri untuk melakukan ibadah. Lakukan yang sunah dan ketaatan sedang-sedang saja. Tempuhlah jalan pertengahan, dan jangan berlebihan.
- Tuluskan tauhid Anda untuk *Rabb* agar hati terbuka. Sejernih mana tauhid Anda dan sebersih mana keikhlasan Anda, maka sejernih dan sebersih itu pulalah kebahagiaan Anda.
- Jadilah sosok pemberani yang berhati teguh dan berjiwa kuat. Anda memiliki semangat dan tekad. Jangan sekali-kali Anda termakan oleh rumor dan cerita-cerita yang tidak benar.
- Jadilah orang dermawan, sebab orang yang dermawan hatinya akan selalu lapang dan jiwanya luas. Sedangkan orang yang pelit hatinya pengap dan nuraninya kotor.
- Tersenyumlah kepada siapa saja, niscaya Anda akan mendapatkan cinta kasih mereka. Haluskan tutur kata Anda niscaya mereka akan mencintaimu. Dan, rendahkan hati kepada mereka niscaya mereka akan menghormati Anda.
- Balaslah perbuatan yang baik dengan yang lebih baik. Berbuat baiklah kepada sesama, padamkan semua api permusuhan, berdamailah dengan musuh, dan perbanyaklah teman.

- Pintu kebahagiaan terbesar adalah doa kedua orang tua. Berusahalah mendapatkan doa itu dengan berbakti kepada mereka berdua agar doa mereka menjadi benteng yang kuat yang menjagamu dari semua hal yang tidak Anda sukai.
- Hadapilah manusia itu apa adanya dan maafkan apa yang mereka lakukan. Ketahuilah bahwa ini merupakan sunah Allah pada manusia dan kehidupan itu sendiri.
- Jangan hidup dalam idealisme-idealisme, tapi hiduplah dengan realita. Sebab, dengan hidup dalam idealisme, sama saja dengan Anda menginginkan dari orang lain apa yang tidak dapat Anda lakukan. Karena itu, jadilah orang yang obyektif (dalam melihat kenyataan).
- Hiduplah sederhana, dan jauhi semua bentuk foya-foya dan pemborosan. Sebab setiap kali badan diajak berfoya-foya, maka jiwa akan semakin terhimpit.
- Lakukanlah dzikir-dzikir tertentu, sebab ia akan menjadi penjaga dan pelindung Anda. Dan, di dalamnya ada kebenaran dan petunjuk yang akan membuat waktu-waktu Anda menjadi lebih bermakna.
- Rencanakanlah pekerjaan-pekerjaan itu, jangan menggabungkannya dalam satu waktu. Rencanakanlah pekerjaan-pekerjaan yang akan Anda kerjakan dalam satu rentang waktu tertentu, dan luangkan beberapa waktu di antaranya untuk istirahat agar optimal.
- Lihatlah orang yang lebih rendah dari diri Anda dalam hal tubuh, rupa, harta, rumah, pekerjaan, dan keluarga. Tujuannya, agar Anda mengerti bahwa yang lebih rendah dari Anda dalam hal-hal dimaksud masih ribuan jumlahnya.
- Tanamkan dalam keyakinan Anda bahwa siapa saja yang menjalin komunikasi dengan Anda tidak terlepas dari cela, baik itu saudara, anak, istri, kerabat maupun teman, karenanya persiapkan diri Anda untuk menerima semua.
- Maksimalkan bakat yang diberikan kepada diri Anda, ilmu yang Anda sukai, rezeki yang dikaruniakan kepada diri Anda, dan pekerjaan yang cocok untuk Anda.
- Hati-hati, jangan sekali-kali melukai perasaan seseorang dan kelompok. Jadikan lisan itu lurus, bicaranya baik, kata-katanya segar, dan isi pembicaraannya terjaga dari hal-hal buruk.
- Ketahuilah, bahwa kesabaran itu akan mengubur aib-aib, ketabahan itu akan menjadi penutup bagi kekeliruan, dan kedermawanan itu adalah pakaian yang besar yang akan menutup semua kekurangan dan cacat.
- Menyendirilah beberapa saat untuk merenungkan hal-hal yang Anda hadapi, untuk introspeksi diri, untuk memikirkan akhirat, dan untuk memperbaiki dunia.
- Perpustakaan pribadi Anda adalah kebun yang rindang dan taman yang penuh dengan bunga-bunga di sekitar rumah Anda.

Nikmatilah kebun dan taman itu bersama dengan para ulama, para bijak, para sastrawan, dan para penyair.

- Carilah rezeki yang halal, dan jauhi rezeki yang haram. Hindarkan dirimu untuk meminta-minta kepada yang lain. Berdagang itu lebih baik daripada menjadi pegawai. Gunakan uangmu untuk berdagang, dan hiduplah dengan sederhana.
- Berpakaianlah secara sederhana, bukan cara berpakaian orang-orang yang berlebih-lebihan, juga bukan meniru pakaian orang-orang gembel. Jangan mencari popularitas dengan pakaian, seperti umumnya orang.
- Jangan mudah marah, sebab marah hanya akan merusak keadaan jiwa, mengubah perilaku, memperburuk pergaulan, merusak cinta, dan memutuskan tali silaturahmi.
- Sekali waktu lakukanlah perjalanan untuk menyegarkan kembali suasana hidup, untuk melihat perihal dunia di luar dunianya, untuk melihat hal-hal baru, negeri-negeri yang lain. Perjalanan adalah sebuah kenikmatan tersendiri.
- Bawalah selalu catatan kecil di dalam kantong saku Anda untuk mengatur pekerjaan dan waktu, mengingatkan Anda akan janji-janji yang Anda buat, dan untuk mencatat hal-hal yang penting menurut Anda.
- Dahuluilah mengucapkan salam, ucapkan selamat dengan tersenyum, curahkan perhatian Anda kepada mereka agar Anda menjadi orang yang sangat mereka cintai dan dekat dengan mereka.
- Percayalah pada diri sendiri, dan jangan menggantungkan diri pada orang lain. Anggaplah bahwa mereka menjadi tanggungan Anda, dan bukan Anda yang menjadi tanggungan mereka, dan bahwa hanya Allah yang bersama diri Anda. Jangan tertipu dengan orang-orang yang selalu berfoya-foya.
- Hindari kata pengandaian "jika ... maka nanti akan ...", menangguhkan pekerjaan, dan menunda-nunda kewajiban. Sebab ini merupakan tanda kegagalan.
- Buanglah sikap ragu-ragu dalam mengambil keputusan. Jangan bersikap plin-plan. Tapi, bersemangatlah, bulatkan tekad, dan maju.
- Jangan sia-siakan usia Anda dengan sering gonta-ganti profesi, spesialisasi, dan pekerjaan. Sikap suka bergonta-ganti seperti ini menunjukkan bahwa Anda tidak pernah sukses dalam hal apapun.
- Bergembiralah dengan hal-hal yang bisa menghapuskan dosa-dosa, misalnya amal saleh, musibah-musibah, taubat, doa dari kaum muslimin, rahmat dari Yang Maha Pengasih, dan syafaat dari Rasulullah.
- Biasakan untuk mengeluarkan sedekah meski hanya sedikit, karena sedekah akan memadamkan api kesalahan, menggembirakan hati, menghilangkan keresahan, dan akan menambah rezeki.

- Jadikan Nabi Muhammad sebagai suri tauladan, sebab dia adalah pemimpin yang menghantarkan kepada kebahagiaan, yang menunjukkan kepada kesuksesan, dan yang menghantarkan pada keberuntungan serta keberhasilan.
- Kunjungilah rumah sakit agar Anda bisa merasakan bagaimana nikmatnya sehat, datanglah ke penjara agar Anda bisa merasakan bagaimana nikmatnya kemerdekaan, dan datanglah ke rumah sakit jiwa agar Anda menyadari bagaimana nikmatnya akal. Sebab jika Anda tidak pernah mengunjungi tempat-tempat seperti itu secara langsung maka Anda akan senatiasa berada dalam nikmat tapi tidak pernah menyadarinya.
- Jangan mau dihancurkan oleh hal-hal yang sepele, tapi juga jangan memperlakukan masalah lebih besar dari kenyataannya yang sebenarnya. Berhati-hatilah, jangan terlalu takut menghadapi masalah dan jangan terlalu membesar-besarkan masalah.
- Jadilah sosok yang berpandangan luas. Berusahalah untuk memaafkan siapa saja yang berbuat jahat kepadamu agar Anda bisa menikmati hidup ini dengan damai dan tenang, dan enyahkan jauh-jauh niatan untuk membalas dendam.
- Jangan buat musuh-musuh Anda gembira, dengan kemarahan dan kesedihan Anda. Sebab, itulah yang mereka mau. Karenanya, jangan beri kesempatan mereka untuk mewujudkan cita-cita mereka untuk mengotori kehidupan Anda.
- Jangan menyalakan tungku di dalam dada berupa permusuhan, kedengkian, dan kebencian orang lain. Karena api permusuhan, kedengkian, dan kebencian ini adalah azab yang abadi.
- Bersikaplah sopan dalam majelis, diam — kecuali untuk sebuah kebaikan, dengan wajah berseri penuh rasa hormat kepada sesama majelis, mendengarkan apa yang mereka bicarakan, dan jangan sekali-kali memotong pembicaraan mereka.
- Jangan seperti lalat yang hanya hinggap di atas luka. Jangan menginjak-injak kehormatan orang lain, mengutak-atik aib mereka, merasa senang dengan, dan bahkan, menginginkan kejatuhan mereka.
- Seorang mukmin tidak akan pernah bersedih dengan tidak tercapainya dunia, tidak pernah mempedulikannya, dan tidak pernah terguncang oleh kata stop. Sebab ia percaya bahwa dunia ini pasti akan sirna, tidak berharga, dan fana.
- Jauhi cinta yang berlebihan dan cinta yang dilarang, sebab itu adalah azab bagi jiwa, dan penyakit bagi hati. Kembalilah kepada Allah, kepada mengingat-Nya, dan kepada menaati-Nya.
- Melihat kepada yang diharamkan hanya akan menumbuhkan kesedihan, kegundahan, dan luka di dalam hati. Sedangkan orang yang bahagia adalah orang yang merendahkan pandangannya dan takut kepada *Rabb*-nya.

- Makanlah dengan teratur. Makanlah makanan yang berguna, jangan terlalu kenyang, dan jangan tidur dalam keadaan kenyang.
- Bayangkan hal paling pahit ketika Anda merasa takut menghadapi masalah. Setelah itu, siapkan dirimu untuk menerima itu semua. Dengan kesiapan seperti itu, Anda akan merasakan ketenangan dan kemudahan.
- Jika tali telah menegang kencang, maka itu tandanya akan putus. Jika malam telah sangat pekat, maka kegelapan itu akan segera pergi. Jika sebuah masalah sudah sangat menghimpit, maka itu tandanya akan segera muncul jalan keluar. Dan, sesungguhnya satu kesulitan tidak akan pernah mengalahkan dua kemudahan.
- Renungkanlah tentang rahmat Yang Maha Penyayang itu. Dzat Yang Maha Penyayang itu mengampuni pelacur yang hanya memberi minum seekor anjing, memaafkan orang yang telah membunuh seratus orang, meregangkan tangannya untuk menerima orang-orang yang bertaubat, dan menyeru orang-orang Nasrani untuk bertaubat.
- Setelah lapar akan datang kenyang, setelah dahaga akan datang kesegaran, setelah sakit pasti ada kesembuhan, setelah kefakiran akan datang kekayaan, dan kesedihan itu selalu dibarengi oleh kebahagiaan. Inilah sunnah Allah yang tidak bisa diganggu gugat.
- Renungkanlah surat *Alam nasyrah laka shadrak,* dan ingat ketika Anda berada dalam kesulitan. Ketahuilah bahwa surat ini adalah obat paling mujarab untuk menghadapi tekanan.
- Di mana posisi Anda terhadap doa minta keluar dari kesulitan ini:

  لاَ إِلَهَ إِلاَّ اللهُ الْعَظِيْمُ الْحَلِيْمُ، لاَ إِلَهَ إِلاَّ اللهُ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِيْمِ، لاَ إِلَهَ إِلاَّ اللهُ رَبُّ السَّموَاتِ وَرَبُّ الأَرْضِ رَبُّ الْعَرْشِ الْكَرِيْمِ

  "Tidak ada Ilah selain Allah Yang Maha Agung dan Maha Sabar. Tidak ada Ilah selain Allah, Rabb 'arasy yang agung. Tidak ada Ilah selain Allah, Rabb langit dan bumi serta 'arasy yang mulia."
- Jangan mudah marah. Tapi jika harus marah, diamlah dan berlindunglah kepada Allah dari setan. Ubahlah posisi Anda. Jika Anda marah ketika sedang berdiri maka duduklah, berwudhulah, dan perbanyaklah berdzikir.
- Jangan takut dengan kesulitan, sebab kesulitan akan menguatkan hati, akan membuat Anda dapat merasakan nikmatnya sehat, akan membulatkan tekad, akan mengangkat kedudukan, dan akan memunculkan kesabaran Anda.
- Memikirkan masa lalu adalah kebodohan dan kegilaan. Ibaratnya, orang yang menumbuk tepung, yang menggergaji serbuk kayu, dan mengeluarkan mayat dari kuburan.
- Lihatlah musibah itu dari sisi yang paling memberikan harapan, bayangkan pahala yang Anda dapatkan dari musibah tersebut.

Sadarilah bahwa musibah yang menimpa diri Anda itu lebih ringan jika dibandingkan dengan musibah yang menimpa orang lain. Dan, belajarlah dari orang-orang yang telah mendapat cobaan dan ujian.

- Apa yang akan menimpa diri Anda tidak akan luput dari Anda dan yang tidak akan menimpa diri Anda tidak akan pernah menimpa diri Anda. Pena telah kering untuk (menuliskan lagi) apa yang akan Anda alami nanti. Tak ada alasan bagi Anda untuk menghindar dari (ketentuan) qadha'.
- Ubahlah kerugian-kerugian itu menjadi keuntungan-keuntungan. Buatlah minuman yang manis dari buah lemon. Tambahkan ke dalam air musibah itu gula sepenuh telapak tangan. Dan, beradaptasilah dengan keadaan Anda.
- Jangan pernah berputus asa dari rahmat Allah, dan jangan lupa pertolongan Allah, sebab pertolongan Allah akan turun sesuai dengan tingkat kesulitannya.
- Kebaikan yang terdapat dalam apa yang Anda benci lebih banyak daripada yang terdapat dalam yang Anda sukai, karena Anda tidak mengetahui akibat yang akan terjadi. Betapa banyak kenikmatan yang tersembunyi dalam kesulitan dan betapa banyak kebaikan yang tersembunyi di balik baju keburukan.
- Ikatlah khayalan Anda itu agar tidak menyeret Anda ke dalam lembah-lembah keresahan. Berusahalah untuk berpikir tentang nikmat, karunia, dan kemenangan-kemenangan yang ada pada diri Anda.
- Hindarilah kebisingan dan hiruk pikuk di dalam rumah dan kantor Anda. Sebab di antara tanda-tanda kebahagiaan adalah ketenangan, kedamaian, dan keteraturan.
- Shalat adalah penolong yang sangat baik untuk mengeluarkan diri Anda dari belitan musibah. Shalat akan mengangkat jiwa naik ke cakrawala yang paling tinggi, dan akan membawa ruh ke ruang cahaya dan kemenangan.
- Bekerja yang serius-produktif akan membebaskan jiwa dari kecenderungan-kecenderungan buruk, dari khayalan-khayalan yang penuh dosa, dan dari keinginan-keinginan yang terlarang.
- Kebahagiaan adalah sebuah pohon yang airnya, makanannya, udaranya, dan cahayanya adalah keimanan kepada Allah dan akhirat.
- Barangsiapa memiliki tata krama yang banyak dan baik, perasaan yang sehat, dan akhlak yang mulia, maka dia akan membuat dirinya dan orang lain berbahagia, dan akan mendapatkan hati yang tenang dan kondisi jiwa yang sejuk.
- Hiburlah hati Anda, sebab hati itu cepat bosan dan mudah merasa capek, terapkan cara-cara yang variatif, dan carilah dari sekian cara itu yang mengandung seni hikmah dan ragam *makrifah.*

- Dengan ilmu akan membuat hati menjadi lapang, meluaskan cara pandang, membukakan cakrawala sehingga jiwa dapat keluar dari berbagai keresahan, kegundahan, dan kesedihan.
- Adalah bagian dari kebahagiaan, kemampuan untuk mengatasi rintangan dan kesulitan. Nikmatnya kemenangan tidak bisa dibandingkan dengan kenikmatan apapun, dan kegembiraan yang disebabkan oleh keberhasilan tidak bisa disamakan dengan kegembiraan manapun.
- Jika Anda ingin merasakan kebahagiaan bersama orang lain, maka perlakukanlah mereka dengan cara yang sama yang Anda sukai ketika mereka memperlakukan Anda, jangan meremehkan milik mereka, dan jangan pula merendahkan kemampuan mereka.
- Pengetahuan, pengalaman, dan wawasan jauh lebih baik daripada tumpukan harta. Karena gembira dengan harta benda adalah sifat binatang, sedangkan gembira dengan ilmu pengetahuan adalah sifat manusia.
- Jika salah satu dari pasangan suami-istri itu marah, maka yang lain harus diam. Baik suami atau istri harus menerima pasangannya apa adanya karena tak seorang pun di dunia ini yang sempurna.
- Teman yang salih dan selalu optimistis akan sangat membantu meringankan kesulitan-kesulitan yang Anda hadapi, dan membukakan pintu harapan. Sedangkan yang pesimistis akan membuat dunia tampak hitam pekat.
- Orang yang sudah memiliki istri /suami, rumah, badan yang sehat, dan kecukupan harta maka dia telah mendapatkan keindahan hidup. Karena itu, ia harus bersyukur kepada Allah, dan merasa puas. Di atas semua itu, tidak ada lagi kenikmatan, kecuali keresahan belaka.
- *Orang yang merasa aman dalam tidurnya, sehat badannya, dan memiliki makanan untuk hari itu, maka sebenarnya dia telah memiliki dunia.* **(Al-Hadîts)**
- *Orang yang ridha kepada Allah sebagai Rabb, Islam sebagai agama, dan Muhammad sebagai Rasul maka itu adalah hak Allah untuk meridhai-Nya.* **(Al-Hadîts)**. Ini merupakan rukun ridha.
- Prinsip-prinsip kesuksesan adalah bahwa Allah ridha kepada Anda, Allah ridha karena orang-orang di sekitar Anda, keran jiwa Anda yang menerima dengan penuh keridhaan, dan Anda mampu mempersembahkan amalan yang bermanfaat.
- Makanan adalah kebahagiaan untuk sehari, perjalanan adalah kebahagiaan untuk seminggu, pernikahan adalah kebahagiaan untuk sebulan, harta adalah kebahagiaan untuk setahun, dan keimanan adalah kebahagiaan untuk seumur hidup.
- Anda tidak akan pernah bahagia dengan tidur, makan, minum, dan menikah saja. Tapi Anda akan bahagia dengan bekerja, yang juga telah memberikan kedudukan yang tinggi kepada orang-orang besar di muka bumi ini.

- Orang yang memiliki kesempatan untuk membaca adalah orang yang bahagia. Karena dia bisa memetik bunga dari taman alam semesta, bisa berkeliling mengitari keajaiban dunia, dan bisa melipat waktu dan tempat.
- Berbicara dengan sesama saudara dapat mengusir kesedihan, bercanda yang sehat adalah rileksasi, dan mendengarkan syair dapat menenangkan pikiran.
- Anda lah yang mewarnai hidup Anda dengan cara pandang menurut diri sendiri. Artinya, kehidupan Anda adalah ciptaan pikiran Anda sendiri. Karena itu, jangan mengenakan 'kacamata hitam' (pandangan orang lain).
- Pikirkan tentang orang-orang yang Anda cintai, dan jangan meluangkan waktu sedetik pun untuk memikirkan tentang orang-orang yang Anda benci. Sebab, mereka tidak akan tahu-menahu tentang diri dan keresahan yang Anda hadapi.
- Jika Anda menikmati pekerjaan yang produktif, maka syaraf Anda akan mengendur, jiwa Anda akan tenang, dan lautan ketenangan akan menenggelamkan Anda.
- Kebahagiaan itu tidak ada dalam garis keturunan, harta benda, dan emas berlian. Tapi kebahagiaan itu terdapat dalam agama, ilmu, sopan santun, dan tujuan yang kesampaian.
- Menurut Allah, hamba-Nya yang paling bahagia adalah orang yang paling banyak melakukan kebaikan dengan tangannya sendiri, yang paling banyak memberikan kebaikan kepada saudara-saudaranya, dan paling banyak bersyukur atas semua itu.
- Jika Anda tidak bisa menikmati kebahagiaan dengan waktu yang ada, maka jangan pernah menunggu kebahagiaan yang akan menghampiri Anda dan turun dari langit.
- Berpikirlah tentang keberhasilan pekerjaan Anda, dan tentang kebaikan apa yang telah Anda baktikan kepada orang lain. Kemudian, bergembiralah dengan semua itu. Bersyukurlah kepada Allah. Yang demikian, akan membuat hati Anda terasa lapang.
- Dzat Yang telah Mencukupkan keinginan Anda kemarin, akan pula mencukupkan keinginan Anda hari ini dan besok. Karena itu, bertawakallah kepada-Nya. Jika Dia bersama Anda, siapa yang Anda takutkan? Dan, jika Dia menjauhi Anda, maka kepada siapa Anda akan berharap?
- Antara diri Anda dan orang-orang kaya itu hanya berselisih satu hari. Di hari kemarin, mereka sama sekali tidak merasakan kenikmatan hari kemarin, sedangkan hari besok, bukan milik saya dan bukan pula milik mereka. Mereka itu hanya punya satu waktu. Sungguh sangat singkat.
- Kegembiraan itu membuat; jiwa menjadi bersemangat, hati menjadi berbunga, menyeimbangkan masing-masing anggota tubuh, memberikan kekuatan dan nilai kepada kehidupan, juga memberi faedah kepada usia seseorang.

- Kekayaan, keamanan, kesehatan, dan agama adalah pilar-pilar kebahagiaan. Logikanya, orang yang tidak punya apa-apa, yang dilanda ketakutan, yang sakit, dan yang kafir, tidak akan mendapatkan kebahagiaan. Mereka semua berada dalam kesengsaraan.
- Orang yang memahami arti kesahajaan, maka akan memahami pula arti kebahagiaan. Orang yang menempuh jalan pertengahan, maka akan mencapai kemenangan. Dan, orang yang mengikuti cara-cara yang mudah, maka akan mendapatkan keberuntungan.
- Dalam satu rentang waktu, zaman hanya ada satu kata: Sekarang! Dan, dalam kamus kebahagiaan hanya ada satu kata: Keridhaan!
- Jika Anda ditimpa musibah, maka bayangkan musibah itu sangat besar, niscaya Anda akan mudah menghadapinya. Dan, anggap bahwa musibah itu akan segera berakhir. Kalau bukan karena kesengsaraan yang disebabkan oleh kesulitan, tentu tidak akan pernah mengharapkan kegembiraan — karena bisa keluar dari kesulitan.
- Jika Anda terhimpit oleh sebuah tekanan, maka ingatlah berapa banyak tekanan yang telah berhasil Anda lalui, dan berapa banyak Allah telah menyelamatkan diri Anda. Dengan demikian, maka pada saat itu Anda akan tahu bahwa Dzat Yang telah Menyelamatkan diri Anda di dunia, juga akan melakukan hal yang sama di akhirat kelak.
- Orang yang durhaka kepada hari yang dijalaninya adalah orang yang menghabiskannya untuk melakukan hal-hal yang menyalahi: kewajiban, keluhuran, pujian, ilmu, kedekatan, dan kebaikan.
- Usahakan agar di sekitar atau di tangan Anda selalu ada buku abadi, karena selalu ada waktu yang terbuang percuma. Dan, buku abadi adalah alternatif terbaik untuk menjaga waktu itu dan mengisinya dengan hal-hal yang membangun.
- Seorang *hafizh* yang membaca al-Qur'an pada tengah malam, tidak pernah mengeluh bosan, tidak pernah mengeluh kosong, dan tidak pernah mengeluh jemu. Sebab al-Qur'an telah mengisi seluruh hidupnya dengan kebahagiaan.
- Jangan terlalu cepat mengambil keputusan sampai Anda selesai mempelajari semua aspeknya. Setelah itu, mintalah pilihan kepada Allah, dan musyawarahkanlah dengan orang-orang yang Anda percaya. Jika kemudian Anda berhasil, memang itulah yang dikehendaki(Nya), dan jika tidak, maka jangan pernah menyesal.
- Orang yang berpikir akan senantisa memperbanyak teman dan menyedikitkan musuh. Karena teman baru diperoleh dalam jangka waktu setahun, sedangkan musuh bisa didapat dalam waktu sehari. Maka beruntunglah orang yang diciptakan oleh Allah untuk mencintai makhluk-Nya.
- Untuk kepentingan dunia Anda, tetapkan satu batasan yang bisa Anda jadikan rujukan. Kalau tidak, maka hati Anda tidak akan pernah punya satu konsep, hati Anda akan dipenuhi oleh keinginan-

keinginan, hidup Anda akan merana, dan keadaan Anda akan semakin memburuk.

- Orang yang sudah bisa merasakan kehadiran nikmat-nikmat Allah pada dirinya berkewajiban untuk mengikatnya dengan syukur, menjaganya dengan ketaatan, dan memeliharanya dengan *tawadhu* agar nikmat-nikmat itu bisa lestari.
- Orang yang jiwanya dibersihkan oleh takwa, pikirannya disucikan oleh iman, dan akhlaknya disepuh oleh kebaikan, akan menerima kecintaan dari Allah dan sesama.
- Orang yang malas dan suka berleha-leha adalah orang yang membuat orang di sekitarnya kerepotan dan yang menderita kesedihan, dalam arti yang sebenarnya. Sedangkan orang yang bekerja serius adalah orang yang tahu bagaimana harus hidup dan bagaimana mendapatkan kebahagiaan.
- Kenikmatan dunia itu sebenarnya berbanding berlipat-lipat terhadap musibah-musibahnya. Tapi masalahnya, bagaimana kita mencapai kenikmatan itu secara cerdas.
- Seandainya seorang wanita berhasil menggenggam dunia, berhasil mendapatkan semua anugerah penghargaan dari seluruh dunia, dan berhasil mendapatkan semua gelar kehebatan dunia, tapi kalau tidak laku kawin, tetap dianggap sebagai wanita yang tidak punya apa-apa.
- Kehidupan yang sempurna itu adalah ketika Anda di masa muda mencurahkan seluruh waktu Anda untuk ambisi-ambisi Anda, ketika di masa dewasa mencurahkan seluruh waktu Anda untuk berjuang, dan ketika Anda di masa tua mencurahkan seluruh waktu Anda untuk merenung.
- Cela diri Anda sendiri atas kelalaian yang Anda lakukan, dan jangan sekali-kali mencela orang lain. Anda memiliki banyak cela yang untuk memperbaiki seluruhnya sudah menghabiskan seluruh waktu yang ada. Oleh karena itu, tinggalkan selain diri Anda.
- Yang lebih indah dari istana dan rumah mewah adalah buku, yang bisa menjernihkan pemahaman, yang membuat hati menjadi gembira, yang membuat jiwa menjadi teduh, yang membuat hati menjadi lapang, dan yang membuat pikiran berkembang.
- Mohonlah ampunan dan kesehatan kepada Allah. Jika Allah mengaruniakan itu semua maka Anda telah mendapatkan semua kebaikan, terhindar dari semua keburukan, dan mendapatkan kemenangan dengan segala kebahagiaan.
- Jika Anda masih memiliki sepotong roti, tujuh kurma, segelas air, dan sehelai tikar di kamar bersama dengan *mushaf*, maka katakan kepada dunia, "(Semoga) kedamaian (senantiasa) atasmu."
- Kebahagiaan itu ada dalam pengorbanan dan pengingkaran terhadap (keinginan) diri sendiri. Juga, di dalam usaha mengeluarkan

semua upaya dan mencegah semua bahaya. Jauh dari sifat *ananiyah* (ego) dan balas dendam.

- Tertawa yang moderat akan membuat jiwa lebih lapang, memperkuat hati, menghilangkan kebosanan, membuat aktif bekerja dan menjernihkan pikiran.
- Ibadah adalah kebahagiaan, dan kelurusan sikap adalah kesuksesan. Orang yang selalu berdzikir dan yang ketagihan *istighfar*, dan selalu membutuhkan Allah adalah termasuk satu dari orang-orang yang berpredikat 'orang-orang yang banyak berbakti'.
- Sabahat yang paling baik adalah orang yang sangat Anda percaya dan membuat diri Anda tenang bersamanya. Dia menjadi tempat berbagi kelelahan, berbagi kesedihan, dan tidak pernah menjual rahasia diri Anda.
- Jangan terlalu membayangkan kebahagiaan yang jauh lebih besar dari yang Anda rasakan, karena Anda akan merugi dengan yang sudah ada. Dan, jangan menunggu musibah-musibah yang masih akan datang, karena Anda akan dirundung keresahan dan kesedihan lebih awal.
- Jangan mengira bahwa Anda diberi segalanya, tapi yang diberikan kepadamu adalah kebaikan yang banyak. Harapan bahwa Anda bisa menerima semua karunia adalah harapan yang terlalu jauh.
- Wanita cantik dan bertakwa, rumah yang luas, rezeki yang cukup, dan tetangga yang salih adalah nikmat-nikmat yang hanya diketahui oleh sedikit orang.
- Seni yang berupa usaha untuk melupakan sesuatu yang tidak disenangi adalah kenikmatan, usaha untuk mengingat-ingat nikmat adalah kebaikan, dan usaha untuk melupakan cela orang lain adalah keutamaan.
- Mengampuni itu lebih menyenangkan daripada membalas. Bekerja lebih nikmat daripada menganggur. Berpuas diri lebih agung daripada harta. Dan, kesehatan itu lebih baik daripada kekayaan.
- Menyendiri itu lebih baik daripada teman yang jahat. Teman yang baik lebih baik daripada menyendiri. Ber-*'uzlah* itu adalah ibadah. Dan, ber-*tafakkur* itu adalah ketaatan.
- Ber-*'uzlah* adalah kerajaan pikiran. Terlalu banyak bergaul adalah kebodohan. Percaya kepada siapa saja adalah ketololan. Dan, meminta tolong kepada mereka adalah kesialan.
- Akhlak yang buruk itu azab, kedengkian itu racun, ghibah itu kerendahan, dan memata-matai kesalahan orang itu kehinaan.
- Mensyukuri nikmat akan mencegah azab, meninggalkan dosa akan menghidupkan hati, dan memenangkan pertarungan melawan nafsu adalah kenikmatan yang sangat besar.
- Sepotong roti kering dengan jaminan keamanan, akan lebih terasa lezat daripada madu dengan cengkeraman perasaan takut.

Tenda kecil dengan segala keburukan yang ditutupi Allah lebih menyenangkan daripada istana yang penuh dengan fitnah.

- Kegembiraan karena ilmu itu akan abadi, kemuliaan karena ilmu akan lestari, dan ketenaran karena ilmu akan kekal. Sedangkan kegembiraan karena harta akan mudah sirna, kemuliaan yang disebabkan harta akan mengarah kepada kehancuran, dan ketenaran karena harta akan memudar.
- Bergembira dengan keduniaan adalah kegembiraan tingkatan anak-anak. Sedangkan bergembira dengan keimanan adalah kegembiraan tingkatan orang-orang pilihan. Mengabdi kepada harta adalah kehinaan, dan beramal untuk Allah satu-satunya adalah kemuliaan.
- Kepedihan yang diakibatkan oleh semangat tinggi adalah kesegaran. Keletihan yang diakibatkan oleh kerja adalah ketenangan, keringat dari hasil kerja keras adalah minyak kesturi, dan pujian yang baik adalah parfum yang terbaik.
- Kebahagiaan adalah ketika *mushaf* menjadi teman akrab Anda, amalan Anda menjadi hobi, rumah menjadi tempat Anda untuk menyendiri, dan harta simpanan Anda adalah kepuasan diri Anda.
- Gembira dengan makanan dan harta adalah kegembiraan anak-anak. Gembira dengan pujian yang baik adalah kegembiraan orang-orang besar. Dan, melakukan kebaikan adalah kemuliaan yang tidak akan pernah memudar.
- Shalat di malam hari adalah keindahan di siang hari. Senang melakukan kebaikan kepada sesama adalah bagian dari kesucian nurani. Dan menunggu jalan keluar dengan sabar adalah ibadah.
- Di dalam ujian itu empat keindahan seni: mengharapkan pahala, hidup interaktif dengan kesabaran, berdzikir dengan baik, dan membayangkan datangnya kebaikan.
- Jangan mau menjadi kepala, sebab kepala sering merasa sakit. Jangan berambisi untuk menjadi terkenal, sebab untuk terkenal dikenakan pajak, dan merasa cukup dengan tanpa nama adalah sebuah kebahagiaan.
- Tanda kebodohan itu adalah membuang-buang waktu, menunda-nunda taubat, menggantung kepada orang lain, durhaka kepada orang tua, dan menyebarkan rahasia orang lain.
- Kematian hati bisa diketahui dengan seringnya meninggalkan ketaatan, tenggelam dalam dosa, tidak peduli dengan omongan yang buruk, merasa aman dari tipu daya Allah, dan selalu menghina orang-orang salih.
- Orang yang tidak merasakan kebahagiaan di rumahnya, maka di tempat lain pun tidak akan pernah merasakan kebahagiaan. Orang yang tidak disenangi keluarganya, maka tak seorang pun yang akan menyenanginya. Dan, orang yang menyia-nyiakan hari ini, berarti dia telah menyia-nyiakan hari esok.

- Empat perkara yang mendatangkan kebahagiaan: buku yang bermanfaat, anak yang baik, istri yang disayangi, teman bergaul yang salih. Dan, Allah memiliki ganti untuk semua itu.
- Iman, kesehatan, kekayaan, kebebasan, rasa aman, semangat muda, dan ilmu adalah sari dari semua yang diinginkan oleh orang-orang yang berpikir. Namun hanya sedikit yang mampu mendapatkannya sekaligus.
- Berbahagialah sekarang, sebab Anda tidak lagi terikat janji bahwa Anda akan abadi, dan Anda tidak lagi mendapat jaminan keamanan dari guncangan zaman. Karenanya, jangan menjadikan kegundahan itu sebagai uang tunai, sementara kegembiraan itu sebagai hutang.
- Sebaik-baik yang ada di dunia ini adalah keimanan yang benar, akhlak yang lurus, akal yang sehat, fisik yang kuat, dan rezeki yang mengalir. Sementara di luar itu semua adalah kesibukan semata.
- Dua kenikmatan yang tersembunyi: kesehatan badan dan keamanan di dalam negeri. Sedangkan kenikmatan yang tampak: pujian yang baik dan keluarga yang salih.
- Hati yang riang akan membunuh semua 'mikroba' permusuhan, dan jiwa yang ridha akan mengusir semua serangga kebencian.
- Keamanan adalah tempat datar yang paling lapang. Kesehatan adalah pelindung diri yang paling sempurna. Ilmu adalah makanan yang paling lezat. Cinta adalah obat yang paling mujarab. Dan Lindungan Allah atas segala keburukan kita adalah pakaian yang paling baik.
- Orang yang bahagia itu tidak pernah menjadi orang fasik, orang sakit, orang yang terlilit hutang, orang terasing, orang yang dirundung kesedihan, orang terpenjara, dan orang yang dibenci.
- Kebahagiaan adalah kesulitan yang terpecahkan, permusuhan yang menyurut, kesalihan yang dipraktikkan, dan syahwat yang bisa dikalahkan.
- Jalan yang paling sedikit rintangannya adalah jalan menuju rumahmu. Hari-hari yang paling banyak berkahnya adalah hari ketika Anda melakukan kesalihan. Sedangkan waktu yang paling sial adalah waktu ketika Anda melakukan kejahatan terhadap seseorang.
- Jika Anda mencela seseorang (yang beriman), berarti Anda telah mencela *Rabb* mereka Yang Maha Tinggi. Allah telah menjadikan mereka dari ketiadaan, namun mereka malah ragu tentang keberadaan-Nya. Allah telah memberi makan saat kelaparan, namun mereka malah bersyukur kepada selain Dia. Dan, Allah telah memberikan rasa aman dari ketakutan yang menimpa mereka, namun mereka malah memerangi-Nya.
- Jangan meletakkan bola dunia di atas kepala dan jangan mengira bahwa orang lain selalu peduli terhadap masalah kita. Hanya karena flu, mereka sudah melupakan kematian saya dan Anda.

- Kegembiraan itu adalah kecukupan dan tanah untuk berdiam, keselamatan dan ketenangan, keamanan dari fitnah, terhindar dari ujian, syukur atas nikmat, dan ibadah sepanjang zaman.
- *"Jadilah di dunia ini ibarat seorang asing atau seorang yang numpang lewat". "Shalatlah seperti seorang yang akan meninggal dunia". Jangan berbicara kalau nantinya kamu hanya akan minta maaf atas apa yang pernah kamu ucapkan". "Himpunkan semua rasa putus asa itu dari semua manusia".* **(Al-Hadîts)**
- Jauhilah dunia (yang akan membuat Anda jauh dari-Nya), niscaya Allah akan mencintai Anda. Jauhilah (keburukan) yang ada pada orang lain, niscaya mereka akan mencintai Anda. Berpuas dirilah dengan yang sedikit. Lakukanlah semua (perintah Allah) yang diturunkan dari langit. Bersiaplah untuk melakukan perjalanan, dan takutlah kepada Yang Maha Agung.
- Tidak ada kehidupan bagi orang yang berjiwa pemarah. Tidak ada ketenangan bagi pencari musuh. Tidak ada rasa aman bagi para pendosa. Tidak ada yang mencintai bagi pelaku kemaksiatan. Tidak ada pujian atas pembohong. Dan, tidak ada kepercayaan terhadap perusak janji.
- *"Sungguh mengagumkan urusan seorang mukmin, semua urusannya adalah baik. Dan, itu tidak terjadi pada seorang pun, kecuali orang mukmin. Jika ditimpa kesenangan maka dia bersyukur, dan ini tentu baik baginya, dan jika ditimpa musibah maka dia bersabar, yang juga baik baginya."* **(Al-Hadîts)**
- Senyum adalah kunci kebahagiaan. Cinta adalah pintunya. Kegembiraan adalah taman bunganya. Iman adalah cahayanya. Dan, keamanan adalah temboknya.
- Keriangan adalah wajah yang berseri, taman yang hijau, air yang dingin, buku yang bermanfaat disertai hati yang bisa menghargai nikmat, meninggalkan dosa, dan mencintai kebaikan.
- Orang yang sehat itu: meskipun tidur di atas batu cadas maka rasanya seperti tidur di atas kain sutera, meskipun makan roti gandum saja maka rasanya seperti makan bubur, dan jika tinggal di gubuk kecil maka rasanya seperti di istana Kisra (Persia).
- Orang kikir itu kalaupun hidup maka dalam kefakiran, atau kalau mati maka ia mati sebagai orang kaya namun dengan status sebagai pembantu setia keluarganya, penjaga harta mereka, orang yang dibenci sesama, orang yang jauh dari Allah, dan namanya menjadi omongan jelek di dunia.
- Anak lebih utama daripada kekayaan, kesehatan lebih baik daripada harta benda, keamanan lebih baik daripada tempat tinggal, dan pengalaman lebih mahal daripada harta.
- Jadikan kegembiraan itu sebagai ungkapan syukur, kesedihan sebagai wujud kesabaran, diam sebagai bentuk *tafakur*, menyikapi sebuah permasalahan sebagai belajar, ucapan sebagai dzikir, hidup sebagai ketaatan, dan kematian sebagai cita-cita.

- Jadilah seperti burung yang rezekinya datang setiap pagi dan sore, tidak pernah dipusingkan oleh hari esok, tidak pernah percaya kepada siapa pun, tidak pernah menyakiti siapa pun, bayangannya ringan, dan gerakannya indah.
- Orang yang banyak bergaul dengan orang-orang (yang buruk kelakukannya) di luar, maka mereka akan merendahkannya kikir kepada mereka, dan mereka akan membencinya. Orang yang sabar terhadap mereka, maka mereka akan menghormatinya. Orang yang dermawan kepada mereka, maka mereka akan mencintainya. Dan orang yang selalu membutuhkan mereka, maka mereka akan membencinya.
- Bidang edar planet itu berputar, malam-malam itu mengandung, dan hari-hari senantiasa berganti. Maka, sangat tidak mungkin satu keadaan tak akan berubah, sedangkan Yang Maha Penyayang setiap harinya selalu berkepentingan dengan makhluk-Nya. Lalu, mengapa harus bersedih?
- Mengapa harus berdiri di depan pintu-pintu para penguasa sambil mengharap dari mereka, padahal ubun-ubun mereka berada di genggaman Rabb alam semesta? Itu artinya, Anda meminta harta dari orang yang fakir, meminta dari orang yang kikir, dan mengeluh kepada orang yang terluka.
- Kirimkan 'surat-surat' Anda menjelang subuh: surat yang ditulis dengan tinta air mata, dengan kertas pipi, dengan perangko pengabulan, dan dengan alamat yang dituju adalah *'arasy*. Setelah itu, tunggulah balasannya.
- Pada waktu bersujud, bisikkan semua urusan Anda kepada-Nya, karena Dia Maha Tahu yang tersamar dan tersembunyi. Dan, juga jangan Anda perdengarkan kepada orang-orang di sekitar, sebab cinta itu memiliki rahasia-rahasia, sementara orang tidak sama: ada yang tidak suka dan ada pula yang membantu.
- Maha Suci Allah yang menjadikan kepasrahan kepada-Nya sebagai kekuatan, yang menjadikan rasa butuh kepada-Nya sebagai kekayaan, yang menjadikan permohonan kepada-Nya sebagai kemuliaan, yang menjadikan rasa rendah diri kepada-Nya sebagai ketinggian, dan tawakal kepada-Nya sebagai kecukupan.
- Jika di hati Anda ada keresahan, maka keadaan akan gelap karena sedih. Dan jika Anda terguncang karena kehilangan keluarga dan harta, maka jangan putus asa. Mungkin saja Allah menjadikan peristiwa lain setelah itu.
- Jangan lupakan "*Hasbunallâh wa ni'mal wakîl*", sebab ucapan ini bisa memadamkan api yang membakar, menyelamatkan orang yang tenggelam, menegaskan jalan yang akan dilalui, dan mengandung janji yang kuat.
- Sungguh beruntungnya engkau, wahai burung. Engkau menukik ke dalam air sungai, hinggap di atas pepohonan, mematuk buah-buahan apa saja, tanpa pernah membayangkan bahaya akan datang,

dan tidak terkena ancaman neraka *Saqar*. Engkau lebih bahagia dari manusia.

- Kebahagiaan itu hanya kilasan waktu yang tak nyata. Kesedihan adalah tebusannya. Kemarahan adalah kekejian yang diakibatkannya. Menganggur adalah kerugian, dan ibadah adalah perdagangan.
- Hari kemarin telah mati, hari ini dalam pengendalian, dan esok hari belum lahir. Anda adalah produk waktu. Jadikan waktu itu sebagai ketaatan, yang memberikan imbal balik berupa barang dagangan yang paling menguntungkan.
- Teman minum Anda adalah pena, kolam renang Anda adalah tinta, sahabat Anda adalah buku, rumah Anda adalah istana, dan harta kekayaan Anda adalah kekuatan dalam diri Anda. Karena itu, tak usah bersedih dengan sesuatu yang telah berlalu.
- Mungkin saja kesan pertama dari masalah-masalah yang Anda hadapi membuat kurang senang, namun setelah semua itu dilalui, Anda baru bisa tersenyum puas. Ibarat awan yang di awalnya adalah petir dan kilat namun berikutnya ada hujan yang lebat.
- *Istighfar* itu akan membukakan gembok-gembok pengunci, mendamaikan hati, dan menghilangkan kerusakan. *Istighfar* adalah uang panjar rezeki dan pembuka keberuntungan.
- Enam hal yang memberikan kesembuhan: agama, ilmu, kekayaan, harga diri, ampunan, dan kesehatan.
- Siapa yang akan mengabulkan permintaan orang terhimpit masalah jika meminta pertolongan, yang menolong orang yang tenggelam jika menyeru, dan yang akan menghapuskan kesulitan dari kita? Dia adalah Allah.
- Jauhi perselisihan yang tak menghasilkan, majelis yang sia-sia, dan sahabat yang bodoh. Sahabat adalah pembegal, tabiat adalah pencuri, dan mata adalah perampok.
- Menghias diri dengan menyimak secara seksama, tidak memotong percakapan, lembut dalam bertutur, dan halus budi bahasa adalah lencana-lencana yang tersemat di dada orang-orang yang merdeka.
- Anda memiliki dua mata, dua telinga, dua tangan, dua kaki satu lidah, iman, al-Qur'an, dan rasa aman. Tapi, di mana rasa syukur, wahai umat manusia? *"Maka nikmat Rabb kamu yang manakah yang kamu dustakan."* **(QS. Ar-Rahmân: 13)**
- Anda berjalan di atas kedua kaki, padahal telah banyak kaki yang bengkak. Anda bertopang pada kedua betis, padahal telah banyak orang yang putus kedua betisnya. Anda bisa tidur nyenyak sementara orang lain terampas tidurnya karena sakit. Dan, Anda kenyang sementara orang lain kelaparan.
- Sekarang, Anda tidak tuli, tidak buta, dan tidak bisu. Anda tidak lepra, tidak gila, dan tidak terserang penyakit supak. Anda tidak

menderita TBC dan kanker. Tapi, apakah Anda telah bersyukur kepada Yang Maha Penyayang?

- Musibah yang menimpa kita adalah menunjukkan bahwa kita tidak mampu menghadapi masalah hari ini, malahan menyibukkan diri dengan masa lalu, mengabaikan yang ada hari ini, dan antusias sekali mereka-reka hari besok. Jika demikian, lalu di mana akal dan kebijaksanaan kita?
- Kritikan orang lain terhadap diri Anda memiliki makna bahwa Anda telah melakukan sesuatu yang pantas untuk dikatakan. Juga, menunjukkan bahwa Anda telah mampu melampaui mereka dalam ilmu pengetahuan, pemahaman, harta, kedudukan, dan kehormatan.
- Memakai kepribadian orang lain, larut dalam identitas orang lain, dan meniru orang lain adalah bentuk tindakan bunuh diri dan pembusukan terhadap nilai-nilai kepribadian.
- *"Sungguh tiap-tiap suku telah mengetahui tempat minumnya (masing-masing)."* **(QS. Al-Baqarah: 60);** *"Dan, bagi tiap-tiap umat ada kiblatnya (sendiri)."* **(QS. Al-Baqarah: 148)**; *"Kurma yang bercabang dan yang tidak bercabang, yang disirami dengan air yang sama."***(QS. Ar-Ra'd: 4)**
- Senyuman itu ada bersama air mata. Kegembiraan itu ada bersama kedukaan. Karunia itu ada bersama bencana. Dan pemberian itu ada bersama ujian: sunnah yang tetap dan rumusan yang pasti.
- Lihatlah, apakah Anda hanya melihat orang yang mendapat ujian saja? Dan, apakah Anda hanya menyaksikan orang yang menderita saja? Di setiap rumah ada ratapan tangis. Di setiap pipi ada air mata mengalir. Dan, di setiap lembah ada Bani Sa'ad.
- Ucapan orang yang berterima kasih atas kebaikan Anda jauh lebih indah daripada kicauan burung, tetesan embun pagi, gemerisik pepohonan, dan petikan gitar.
- Ketika Anda minum air yang panas, maka Anda akan dengan berat mengucapkan, *'Alhamdulillah'*. Tapi ketika minum air yang dingin maka semua organ tubuh Anda yang mengucapkan, *'Alhamdulillah'*.
- Kebahagiaan termurah yang dijual di pasar orang-orang yang berakal jernih adalah meninggalkan sesuatu yang tidak ada gunanya. Sedangkan barang dagangan dengan harga termahal yang ada di dunia ini adalah ketika Anda membuat diri Anda dekat dengan sesama manusia, dan mereka pun kemudian dekat dengan Anda.
- Jauhilah kesedihan, sebab kesedihan adalah racun. Jauhi sikap lemah, karena sikap lemah adalah kematian. Jauhi kemalasan, karena kemalasan adalah kegagalan. Dan jauhi pendapat yang tidak lurus, karena pendapat seperti itu adalah manajemen yang buruk.
- Tetangga yang jahat lebih buruk daripada kesendirian. Melakukan kebaikan lebih tinggi daripada istana yang sangat tinggi. Dan, pujian baik itu adalah kemuliaan.

- Orang yang dituntun oleh agamanya, yang diluruskan oleh akalnya, yang dijaga oleh hartanya, dan yang dihiasi oleh rasa malunya, maka dia telah menghimpunkan semua nilai keutamaan dalam dirinya.
- Orang yang meninggalkan perselisihan, menjauhi sikap membanggakan diri sendiri, menghindari kebohongan, rela dengan takdir Allah, dan menjauhi kedengkian, maka Allah akan menautkan hati hamba-hamba-Nya yang lain kepadanya.
- Orang yang meremehkan penguasa (yang beriman), maka akan sirna dunianya. Orang yang meremehkan orang berilmu, maka akan sirna agamanya. Orang yang menganggap remeh seorang sahabat, maka akan sirna harga dirinya. Dan orang yang meremehkan Allah, maka akan lenyap dunia dan akhiratnya.
- Kebutuhan orang lain kepada diri Anda adalah sebuah nikmat, maka jangan pernah bosan menghadapinya, karena bisa berakibat berbalik menjadi bencana. Ketahuilah, bahwa yang terbaik dari hari-hari Anda adalah ketika Anda menjadi tujuan, dan bukan Anda yang menuju orang lain.
- Sebelum tidur, maafkan seluruh manusia, cuci hati dengan permaafan sebanyak tujuh kali, dan untuk yang kedelapan kalinya lumurilah dengan ampunan, niscaya Anda akan mendapatkan manisnya iman.
- Ilmu itu teman akrab dalam kesepian, sahabat dalam keterasingan, pengawas dalam kesendirian, penunjuk jalan ke arah yang benar, penolong di saat sulit, dan simpanan setelah kematian.
- Orang yang mengenakan baju yang compang-camping dan sepatu yang sudah rusak, asalkan memiliki hati yang tunduk, mata yang selalu berlinangan air mata, dan jiwa yang puas, maka tidak akan terjebak dalam bahaya.
- Penyebab keresahan dan kesuntukan adalah mengabaikan Allah dan mendedikasikan hidupnya untuk dunia, sehingga orang yang masuk penjara seumur hidup ini tidak bisa dikatakan hidup. Karena sudah tidak berguna lagi dan tidak pula mati yang karena itu harus diumumkan berita kematiannya.
- Sebaik-baik harta adalah mata yang 'jatuh' ke tanah yang becek, yang terjaga saat Anda tidur, yang menjadi saksi saat Anda tidak ada, dan yang menjadi pengganti saat Anda mati.
- Carilah bagian Anda dalam diam. Sebab orang diam selalu disegani. Orang yang tidak banyak bicara akan selalu dicintai, sedangkan bencana selalu lahir dari ucapan.
- Hidup itu adalah mencari bekal akhirat, mengatur hidup dengan benar, menikmati kehidupan yang tidak diharamkan, memperkaya akal, atau membuat jiwa semakin mengkilat. Sedangkan tujuan lain selain itu tidak dibenarkan.
- Ber-*'uzlah* akan melindungi Anda dari orang-orang yang mendengki, dari orang-orang yang bertepuk tangan ketika Anda celaka, dari

orang-orang yang menganggur, dari orang-orang yang sombong, dari orang-orang yang suka mengghibah, dan dari orang-orang yang ujub. Cukuplah *'uzlah* itu memberikan manfaat kepada Anda.

- Anda tidak akan merasa bahagia saat melakukan perjalanan dari satu tempat ke tempat lain, selama rasa duka masih menyelimuti diri Anda. Karena itu, berpindahlah dari perasaan yang satu ke perasaan yang lain agar Anda bisa mendapatkan kebahagiaan.
- Jika jiwa sudah bagus, maka fajar akan tampak seperti kolam, malam tampak seperti pesta besar, semua orang tampak seperti kekasih, dan gubuk tampak seperti istana yang terjaga rapi.
- Dari sekian banyak rahmat Allah yang diturunkan kepada hamba-Nya adalah bahwa setiap orang yang mentaati-Nya akan diciptakan kekayaannya di dalam hatinya, sehingga walaupun hanya memiliki beberapa potong roti, maka perasaannya sudah seperti menguasai seluruh dunia.
- Dunia adalah perlindungan diri. Masa muda adalah kesehatan. Harga diri adalah kesabaran. Kebaikan adalah takwa, dan status adalah harta.
- Orang yang paling sengsara adalah orang yang ingin menjadi orang lain, orang yang tidak menerima takdir, orang yang tidak menerima rezeki yang dia dapatkan, dan orang yang perangainya buruk.
- Orang yang selalu terlibat dalam kegiatan masjid akan memperoleh nilai dari ayat-ayat yang *muhkamat*, memperoleh teman yang lurus, memperoleh ilmu yang benar, memperoleh rahmat yang ditunggu-tunggu, memperoleh kalimat yang bermanfaat, dan mendapatkan taubat yang tulus.
- Orang yang berpuasa akan menjadi baik makanannya, yang bangun malam akan menjadi teratur tidurnya, yang baik hati akan banyak mendapatkan pujian, dan yang mulia akan banyak pendengkinya.
- Kebahagiaan itu hanyalah jika Anda hidup terbebas dari semua kekuatan yang menekan fisik, akal, mental, dan khayalan Anda untuk tujuan menjadi hamba Allah saja.
- Orang yang bahagia adalah orang yang bisa melupakan sesuatu yang sudah tidak mungkin lagi diperbaiki, dan yang selalu ingat kebaikan orang lain serta lupa terhadap keburukan mereka.
- Rezeki Anda lebih mengetahui di mana Anda berada daripada diri Anda. Rezeki Anda akan selalu mengiringi Anda tak ubahnya bayang-bayang. Dan, Anda tidak akan mati sampai seluruh rezeki Anda diberikan.
- Orang yang bodoh adalah orang yang butuh orang lain untuk mencelanya. Orang yang fakir adalah orang yang menganggap sedikit terhadap sesuatu yang banyak. Dan, orang yang buta adalah orang yang tidak bisa melihat cela dirinya.
- Orang yang telah mencapai puncak dari apa yang disenanginya, maka harus membayangkan puncak dari yang tidak disukainya.

Kecuali ibadah kepada Allah yang penghujungnya adalah keridhaan-Nya dan menjadi tanda masuk surga.

- Yang paling berhak mendapatkan tambahan nikmat adalah orang yang paling bersyukur, dan yang paling pantas mendapatkan cinta adalah orang yang mengeluarkan seluruh kebaikannya, mengekang keinginan jahatnya, dan membuat wajahnya selalu berseri-seri.
- Kegembiraan itu membutuhkan rasa aman, harta juga membutuhkan sedekah, kedudukan membutuhkan dukungan, dan kemuliaan membutuhkan kerendahan hati.
- Kesenangan itu hanya akan didapatkan melalui susah payah, ketenangan hanya didapatkan melalui kerja keras, dan cinta hanya akan didapatkan dengan sopan santun.
- Anak lebih berharga daripada kekayaan. Akhlak lebih agung daripada kedudukan. Semangat lebih tinggi daripada pengalaman. Sedangkan takwa lebih mulia daripada kemuliaan.
- Jangan tamak terhadap semua yang Anda dengar. Jangan Anda terlalu mengandalkan teman. Jangan terlalu berani membeberkan rahasia diri Anda kepada seorang wanita, dan jangan memperturutkan semua keinginan.
- Menurut saya; ketenangan itu hanya ada bersama kesendirian, rasa aman itu hanya ada bersama tindakan ketaatan, cinta itu hanya ada bersama penetapan janji, dan kepercayaan itu hanya ada bersama kejujuran.
- Sering terjadi; satu macam makanan saja sudah berhasil mencegah perut untuk dimasuki banyak makanan lainnya, satu kata saja berhasil menyulutkan banyak permusuhan, satu keburukan saja berhasil menghadang banyak kebaikan, dan sekilas pandangan saja sudah melahirkan banyak kenestapaan.
- Jangan mencintai karena tekanan, jangan membenci secara berlebihan, jangan hidup secara boros, jangan mengingat-ingat karena trenyuh, dan jangan mencari kemuliaan semata.
- Setiap orang adalah pemimpin di dalam rumahnya yang tidak bisa dianggap remeh oleh seorang pun, tidak bisa dihalangi oleh siapa pun, tidak bisa ditekan oleh seorang diktator mana pun, dan tidak pula bisa ditolak oleh orang yang kikir.
- Sebaik-baik hari adalah hari yang memberikan tambahan kesabaran kepada Anda, yang memberikan ilmu kepada Anda, yang mencegah agar tidak semakin tenggelam dalam dosa, yang membukakan pemahaman, dan yang memberikan tekad yang kuat dalam diri Anda.
- Kehidupan ini adalah kesempatan yang hanya bisa dirasakan setelah kita kehilangan. Sedangkan kesehatan itu adalah mahkota yang bersemayam di atas kepala orang-orang yang sehat, yang hanya bisa dilihat oleh orang-orang yang sakit.

- Kapan seseorang akan bahagia jika anaknya durhaka, istrinya selalu membantahnya, tetangganya selalu membuatnya resah, temannya malas, jiwanya tidak mau tunduk kepadanya, dan hawa nafsunya selalu diperturutkan?
- *Rabb* Anda memiliki hak atas diri Anda. Jiwa Anda memiliki hak atas diri Anda. Mata Anda memiliki hak atas diri Anda. Istri Anda memiliki hak atas diri Anda. Dan tamu Anda memiliki hak atas diri Anda. Oleh sebab itu, berikan hak-hak itu kepada yang berhak mendapatkannya.
- Dapatkanlah kenikmatan dengan melihat pagi yang mulai menyingsing. Sebab cahaya pagi memiliki keindahan, keagungan, dan pancaran yang akan membukakan harapan dan optimisme.
- Bangunlah pagi-pagi sebab waktu itu ada berkah. Karenanya, lakukanlah apa yang hendak Anda lakukan pada waktu itu: berdzikir, membaca al-Qur'an, menghafal, membaca, menulis, atau bepergian.
- Jadilah orang yang bersahaja, berjalanlah di pinggir, buatlah *Rabb* Anda ridha, sayangilah sesama makhluk, sempurnakan hal-hal yang wajib, dan kumpulkan bekal dengan melakukan yang *nafilah*, niscaya Anda akan menjadi orang yang mendapatkan petunjuk.
- Keberuntungan adalah *husnul khâtimah*, ucapan yang benar, amalan yang baik, dan terjauh dari kezaliman dan memutuskan tali silaturahmi.
- Sering kali satu kata bisa merampas nikmat, dan sering pula sebuah kekhilafan bisa mendatangkan satu kehinaan. Berapa banyak kesendirian itu berarti sebuah kemanisan, orang yang menyendiri akan mendapatkan kemuliaan dalam kesendiriannya.
- *"Orang muslim adalah orang yang jika orang muslim lainnya tidak merasa terganggu oleh lisan dan tangannya. Sedangkan orang mukmin adalah orang yang membuat orang lain merasa aman terhadap darah dan hartanya."* **(Al-Hadîts)**; *"Orang yang berhijrah adalah orang yang meninggalkan apa yang dilarang oleh Allah."* **(Al-Hadîts)**
- Sebaik-baik harta yang Anda miliki adalah yang memberikan manfaat. Seagung-agungnya ilmu yang Anda miliki adalah yang mengangkat derajat. Sebaik-baik rumah adalah yang memberikan keleluasaan. Dan, sebaik-baik sahabat adalah yang menasehati Anda.
- Jika tidak ada orang yang iri kepada Anda, maka tidak ada kebaikan dalam diri Anda. Jika Anda tidak memiliki sahabat, maka tidak ada akhlak dalam diri Anda. Dan jika Anda tidak punya agama, maka Anda tidak punya prinsip.
- Gembirakan jiwa Anda dengan mengingat kebaikan-kebaikan. Tenangkan hati dengan bertaubat dari semua keburukan-keburukan yang pernah Anda lakukan. Dan rangkulkan 'tangan-tangan' Anda yang putih bersih itu ke leher orang lain.

- Kegemukan adalah kelalaian. Terlalu banyak makan akan menghilangkan kecerdasan. Terlalu banyak tidur adalah kegagalan. Terlalu banyak tertawa akan mematikan hati. Dan pikiran yang jahat adalah siksa.
- Kekuasaan itu terasa semanis air susu ibu sekaligus sepahit penyapihan. Kegembiraan yang disebabkan kekuasaan akan dihapuskan oleh kesedihan karena dimakzulkan. Dan, kursi kekuasaan itu terus berputar.
- Di antara sekian banyak kenikmatan dunia itu di antaranya adalah bepergian bersama orang yang Anda cintai, menjauhi orang yang Anda benci, terhindarnya diri dari orang yang menyakiti, dan mengingat keberhasilan.
- Kebaikan akan menaklukkan orang yang merdeka, sikap baik akan mengikat hati, ketabahan akan menekan musuh, dan kesabaran akan mematikan bara.
- Dunia adalah hal paling menyenangkan pada saat tidak dianggap, dan kebutuhan adalah hal paling murah ketika tidak dibutuhkan.
- Anda cemas karena rezeki esok hari, tapi siapa yang bisa menjamin datangnya hari esok? Anda bersedih karena yang terjadi kemarin, tapi siapa yang mampu mengembalikan hari kemarin?
- Keberuntungan yang sedikit lebih baik daripada harta yang banyak. Menyendiri dengan maksud menjaga harga diri lebih baik daripada kekuasaan, namun mempraktikkan nilai-nilai kehinaan, dan ketidakberdayaan dan masih dalam jalur ketaatan masih lebih baik daripada kekuatan namun dalam jalur kemaksiatan.
- Orang yang puas adalah raja. Orang yang boros adalah pemberani, namun tanpa perhitungan. Orang yang banyak marah adalah orang gila. Orang yang terburu-buru adalah orang yang gegabah. Dan, orang yang mendengki adalah orang yang zalim.
- Dzikir kepada Allah akan membuat ridha Yang Maha Pengasih. Sifat penyayang, akan membahagiakan sesama, akan membuat setan kecewa, akan menghilangkan kesedihan, dan akan membuat timbangan berat.
- Orang yang bahagia adalah orang yang panjang umurnya dan baik amalnya. Orang yang beruntung adalah orang yang banyak hartanya dan banyak melakukan kebaikan. Dan, orang yang mendapat berkah adalah orang yang bertambah ilmunya, lalu semakin bertambah takwanya.
- Ganjaran orang yang peduli terhadap sesama adalah dia bisa melupakan keresahannya. Pahala orang yang berbakti kepada Penciptanya adalah bahwa dia dihormati sesamanya. Dan hadiah orang yang meninggalkan dunia adalah bahwa rezekinya datang mengalir kepadanya.

- Jangan menganggap kecil suatu nikmat bersama kesehatan yang ada. Jangan menyepelekan dosa tanpa dibarengi taubat, dan jangan menumpuk ketaatan tanpa dibarengi keikhlasan.
- Kegembiraan yang disebabkan oleh dunia adalah kegembiraan anak kecil. Kegembiraan yang disebabkan oleh pujian yang baik adalah kegembiraan orang-orang besar, sedangkan kegembiraan yang disebabkan oleh apa yang ada di sisi Allah adalah kegembiraan para wali dan orang-orang pilihan Allah.
- Kejujuran adalah ketenangan, dan kebohongan adalah keraguan. Rasa malu adalah benteng. Ilmu adalah *hujjah*. Sastra adalah keindahan. Dan diam adalah hikmah.
- Indahnya kemenangan akan menghapus getirnya kesabaran. Nikmatnya kemenangan akan menghapus semua keletihan. Dan kerja yang cermat akan menghapuskan kendala yang akan dihadapi.
- Hal yang paling baik di dunia ini adalah kecintaan kepada Allah. Hal terindah di surga adalah melihat Allah. Kitab yang paling bermanfaat adalah Kitab Allah. Dan, makhluk yang paling berbakti adalah Rasulullah.
- Orang yang bahagia adalah orang yang bisa mengambil pelajaran dari hari kemarin, berinstropeksi terhadap diri sendiri, mempersiapkan diri untuk kehidupan kubur, dan selalu merasa diawasi oleh Allah baik pada saat terang-terangan maupun sembunyi.
- Rakus adalah kerendahan. Tamak adalah kehinaan. Kikir adalah kerendahan. Rasa sungkan adalah kegagalan. Dan, lalai adalah penghalang.
- *"Jagalah (perintah) Allah, niscaya Dia akan menjagamu. Jagalah (perintah) Allah niscaya Dia akan ada di hadapanmu. Perkenalkan dirimu kepada Allah ketika kamu dalam keadaan longgar, niscaya Dia akan mengenalimu pada saat kamu dalam kesulitan. Jika kamu meminta, maka mintalah kepada Allah. Jika memohon pertolongan, maka mintalah pertolongan kepada Allah."* **(Al-Hadîts)**
- Jadikan masa kaya Anda sebagai persiapan menghadapi masa sulit, harta Anda sebagai benteng jiwa, dan umur Anda sebagai pelaksanaan ketaatan kepada *Rabb*.
- Sering kali kenikmatan itu akan melahirkan penyesalan, kesalahan sepele akan menghantarkan kepada kehinaan, kemaksiatan akan berakibat pada dicabutnya nikmat, dan tertawa akan berujung pada tangisan.
- Nikmat-nikmat itu jika disyukuri akan tetap bertahan, dan jika diingkari akan lari. Dunia, jika diperlakukan dengan hura-hura akan berlalu, dan jika diperlakukan dengan bijaksana akan menipu.
- Keselamatan adalah satu dari dua rampasan perang. Kesehatan badan adalah pola makan yang ketat. Kesehatan jiwa adalah kontrol diri yang ketat untuk melakukan dosa, dan kesehatan waktu adalah menjauhkan diri dari rasa jengkel.

- Rasa sakit yang sedetik itu terasa bagaikan sehari, dan kenikmatan yang sehari itu terasa bagaikan sedetik. Malam yang bahagia itu terasa sangat pendek, sedangkan malam yang penuh kedukaan terasa sangat panjang dan berat.
- Kesengsaraan akan mengingatkan Anda kepada kenikmatan, dan kelaparan akan membuat Anda suka makan. Penjara akan menawarkan harga kemerdekaan kepada Anda, dan sakit akan membuat Anda merindu kepada kesehatan.
- Ada tiga dokter yang harus Anda konsultasikan: kegembiraan, ketenangan, dan melindungi diri. Dan, ada tiga musuh yang harus Anda jauhi: pesimisme, *waham*, dan putus asa.
- Kebahagiaan adalah ketika jiwa telah berhasil mencapai tingkat kesempurnaannya. Kemenangan adalah ketika jiwa telah mendapatkan buah dari amalannya. Dan nasib yang baik adalah ketika dunia yang dicarinya telah mengabdi kepadanya.
- Bersimpuhlah pada sepertiga malam terakhir, bentangkan kedua tangan Anda, lemparkan pandangan kedua mata Anda, lalu katakan, "Kami datang dengan dagangan yang murah, maka penuhilah timbangan kami, wahai Yang Maha Agung."
- Di antara wujud nikmat adalah terhindar dari rasa sakit, dari penyakit, dan dari kepikunan. Jangan minum sebelum haus, jangan makan sebelum lapar, dan jangan tidur sebelum benar-benar mengantuk.
- Orang yang berhati-hati akan berhasil mencapai apa yang dicita-citakannya, dan orang yang selalu berusaha melakukan kebaikan akan mendapatkan kemenangan. Terburu-buru adalah kemandulan, dan keinginan adalah kebangkrutan.
- Terimalah takdir Allah terhadap diri Anda dengan penuh keridhaan, dan jangan mengharapkan suatu keadaan yang lebih dari yang telah Allah tetapkan atas diri Anda. Jangan mengharap keadaan yang sudah ada akan dihapuskan, karena Dia lebih tahu daripada Anda sendiri dan lebih mengasihi daripada ibu Anda sendiri.
- Semua takdir Allah adalah baik, meskipun kemaksiatan yang dibarengi dengan berbagai syaratnya: penyesalan, taubat, perasaan bersalah, *istighfar*, dan komitmen untuk menghilangkan kesombongan dan perasaan ujub.
- Ber-*istighfar*-lah selalu, sebab Allah memiliki karunia di malam dan siang hari. Semoga Anda mendapatkan karunia itu yang dengannya Anda akan berbahagia hingga Hari Kiamat.
- Berbahagialah orang yang jika mendapat limpahan nikmat maka akan bersyukur, jika dicoba maka akan bersabar, jika melakukan dosa maka akan ber-*istighfar*, jika marah maka akan segera mengendalikannya, dan jika berkuasa maka akan berlaku adil.
- Faedah membaca itu banyak sekali, di antaranya melancarkan lidah, mengembangkan akal, menjernihkan pikiran, menghilang-

kan keresahan, mengambil pelajaran dari berbagai pengalaman, dan memetik nilai-nilai keutamaan.

- Makanan hati itu ada dalam keikhlasan, taubat, *inabah*, tawakal kepada Allah, rasa ingin mendapatkan apa yang ada pada-Nya, rasa takut terhadap azab-Nya, dan kecintaannya kepada Allah.
- Bacalah selalu: *"Yâ dzal jalâli wal ikrâm"*, dan *"Yâ hayyu yâ qayyûm birahmatika astaghîtsu"* agar Anda dapat melihat jalan keluar, kegembiraan, dan ketenangan.
- Jika ada orang yang menyakiti Anda, maka ingatlah: akan *qadha'* Allah, keutamaan memberi ampunan, pahala menjalaninya dengan tabah, ganjaran bersabar, bahwa dia bertindak sebagai pihak yang menzalimi, dan Anda sebagai pihak yang dizalimi. Dengan itu Anda akan menjadi orang yang paling merasa bahagia.
- *Qadha'* Allah pasti diberlakukan, ajal pasti tiba, dan rezeki telah ditentukan. Mengapa harus bersedih? Dan sakit, kemiskinan, dan musibah itu memiliki ganjarannya masing-masing. Mengapa harus resah?
- Di dunia ini ada surga. Barangsiapa ketika di dunia tidak bisa memasukinya, maka dia tidak akan pernah masuk surga akhirat. Surga dunia itu adalah dzikir kepada Allah, taat kepada-Nya, cinta kepada-Nya, selalu berusaha dekat dengan-Nya, dan merindukan-Nya.
- Allah ridha kepada mereka karena mereka mentaati perintah-Nya, menjauhi larangan-Nya, dan ridha kepada Allah. Dan sebaliknya, karena Allah telah memberikan semua yang mereka cita-citakan dan memberikan rasa aman dari apa yang mereka takutkan.
- Kenapa mesti bersedih? Bukankah kita memiliki *Rabb* Yang Menentukan takdir, Yang Memberikan ampunan, Yang Menutupi kesalahan, Yang Memberi rezeki, Yang Melihat, dan Yang Mendengar. Semua urusan dunia kuncinya ada di tangan-Nya.
- Rahmat itu sangat luas, dan pintunya selalu terbuka. Ampunan itu selalu diberikan, dan karunia-Nya selalu datang setiap pagi dan sore. Taubat itu akan selalu diterima, dan kesabaran Allah itu sangatlah besar.
- Tak usah bersedih, sebab *qadha'* sudah tidak bisa lagi diganggu gugat. Yang telah ditakdirkan pasti terjadi, sebab pena-pena telah kering, lembaran-lembaran telah dilipat, pahala sudah mulai dihimpunkan, dan dosa masih tetap diampuni.
- Tingkatkan amalan Anda, pendekkan angan-angan Anda, tunggu ajal Anda, jalani kehidupan hari ini, hadapi masalah Anda, pahami zaman di mana Anda hidup, dan jagalah mulut.
- Ingatlah: tidak ada yang lebih berguna daripada buku, tidak ada yang lebih memberi peringatan daripada kuburan, tidak ada yang lebih membosankan daripada maksiat, tidak ada yang lebih mulia

daripada sikap *zuhud*, dan tidak ada kekayaan yang lebih baik daripada *qana'ah*.

- Sejauh mana keinginan, kesungguhan, dan kesabaran Anda maka sejarah Anda akan menuliskannya. Kemuliaan itu tidak diberikan secara cuma-cuma. Kemuliaan itu didapat dengan kesungguhan dan diperoleh dengan pengorbanan.
- Anggaplah suatu masalah itu ringan, niscaya ia akan terasa ringan. Jadikanlah keinginan Anda hanya kepada akhirat, bersiaplah untuk sebuah pertemuan dengan Allah, dan tinggalkan segala sesuatu yang melampaui batas.
- Hal-hal mubah yang berlebihan termasuk kategori yang sangat mengganggu. Misalnya berbicara, makan, minum, bergaul, dan tertawa. Semua ini merupakan penyebab keruwetan pikiran.
- *"(Kami jelaskan yang demikian itu) agar kamu jangan berduka cita terhadap apa yang luput dari kamu."* **(QS. Al-Hadîd: 23)** Oleh sebab itu, jangan terlarut dalam penyesalan. Jangan hancurkan diri Anda dengan tangis dan kedukaan. Jangan putus di tengah jalan oleh gertakan dan ketidaksukaan orang lain.
- *"Cukuplah Allah (menjadi Pelindung) bagimu dan bagi orang-orang yang beriman."* **(QS. Al-Anfâl: 64)** Cukuplah Allah bagi kalian, yang menunjukkan jalan yang lurus, yang mengawasi, yang melindungi, dan yang menjaga kalian. Oleh karena itu, jangan takut.
- *"Sesungguhnya Allah bersama orang-orang yang bertakwa."* **(QS. An-Nahl: 128)** Allah melindungi mereka dari musuh-musuh mereka, menghindarkan mereka dari semua bencana, membebaskan mereka dari penyakit, dan menjaga mereka saat mereka dalam kemelaratan.
- *"Janganlah kamu bersedih karena sesungguhnya Allah bersama kita."* **(QS. At-Taubah: 40)** Allah melihat kita, mendengar pembicaraan kita, menolong kita atas musuh kita, memudahkan keinginan kita, dan memberikan jalan keluar dari gangguan ketenteraman hati kita.
- *"Bukankah Kami telah melapangkan untukmu (pada) dadamu?"* **(QS. Al-Insyirâh: 1)**. Tidakkah telah Kami jadikan dia sangat lapang, penuh suka cita, ketenangan, dan kegembiraan?
- *"Dan, janganlah kamu bersempit dada terhadap apa yang mereka tipu dayakan."* **(QS. An-Nahl: 127).** Kamilah yang akan mencukupkanmu dari tipu daya mereka, yang akan mencegah semua tipu daya mereka, dan yang akan menolak semua usaha jahat mereka atas dirimu. Karena itu, jangan pernah merasa sempit hati.
- *"Janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati."* **(QS. Ali 'Imrân: 139)** Kenapa? Karena kalian lebih tinggi dalam hal akidah dan pemahaman hukum-hukum agama. Kalian lebih tinggi dalam hal pemahaman *manhaj* dan *sirah*. Kalian lebih tinggi dalam hal askripsi dan dasar. Dan, kalian lebih tinggi dalam hal moralitas dan perilaku.

- *"Sesungguhnya* Rabb-*mu Maha Luas ampunan-Nya."* **(QS. An-Najm: 32)** Dia mengampuni orang yang berbuat dosa, menerima taubat, mengampuni kesalahan, menghapuskan kesalahan kecil, menutupi kesalahan, dan memberi taubat kepada orang yang bertaubat.
- *"Dan, janganlah kamu berputus asa dari rahmat Allah."* **(QS. Yûsuf: 87)** Kenapa? Karena pertolongan-Nya sangat dekat, kebaikan-Nya akan diturunkan di dunia, kemudahan yang diberikan-Nya mudah sekali didapatkan, kemuliaan-Nya sangat luas, dan karunia-Nya menyeluruh kepada siapa saja.
- *"Dan, Dia adalah Maha Penyayang di antara para penyayang."* **(QS. Yûsuf: 64)** Dia juga menyembuhkan dan menghindarkan, memilih dan menyeleksi, menjaga dan mengarahkan, menutupi aib dan mengampuni, dan bersabar dan baik hati.
- *"Maka Allah adalah sebaik-baik Penjaga."* **(QS. Yûsuf: 64)** Dia menjaga yang gaib, menolak yang asing, menunjuki orang yang sesat, menyehatkan orang yang sakit, menolong orang yang mendapat musibah, dan melepaskan kesulitan.
- *"Dan, hanya kepada Allah hendaknya kamu bertawakal."* **(QS. Al-Mâ`idah: 23)**. Karena itu, serahkan semua urusan itu kepada-Nya. Kembalikan semua masalah hanya kepada-Nya. Adukan semua yang Anda alami hanya kepada-Nya semata. Terimalah semua karunia-Nya dengan penuh keridhaan, dan tenanglah dengan semua penjagaan-Nya.
- *"Mudah-mudahan Allah mendatangkan kemenangan (kepada Rasul-Nya)."* **(QS. Al-Mâ`idah: 52)** Yakni, untuk membukakan semua gembok kesulitan, mengangkat semua musibah yang berat, menghilangkan malam-malam yang terasa panjang, menenteramkan hati yang gundah, dan memperbaiki keadaan.
- *"Kamu tidak mengetahui barangkali Allah mengadakan sesudah itu suatu hal yang baru."* **(QS. Ath-Thalâq: 1)**. Termasuk di antaranya menghilangkan kegundahan, mengusir keresahan, menghapuskan kesedihan, memudahkan urusan, dan mendekatkan yang jauh.
- *"Setiap waktu Dia dalam kesibukan."* **(QS. Ar-Rahmân: 29)**. Dia menghapuskan penderitaan, mengampuni dosa, memberi rezeki, menyembuhkan orang sakit, melindungi orang yang sedang diuji, membebaskan orang yang dipenjarakan, dan merekatkan sesuatu yang cerai berai.
- *"Karena sesungguhnya setelah kesulitan itu ada kemudahan."* **(QS. Al-Insyirâh: 5)** Yakinlah bahwa; setelah kefakiran ada kekayaan, setelah sakit ada sehat, setelah sedih adalah gembira, setelah kesempitan ada kelapangan, setelah penjara ada kebebasan, dan setelah lapar ada kenyang.
- *"Allah kelak akan memberikan kelapangan sesudah kesempitan."* **(QS. Ath-Thalâq: 7)** Oleh Allah simpul itu akan terurai, tali akan putus, pintu akan terbuka, hujan akan turun, yang hilang akan datang, dan keadaan akan membaik.

- *"Maka, kesabaran yang baik itulah (kesabaran-Ku)."* **(QS. Yûsuf: 19)**. Mengapa harus bersabar? Karena keadaan akan berubah, jiwa akan menjadi tenang, hati akan menjadi lapang, urusan akan menjadi mudah, dan keadaan yang menghimpit itu akan segera berakhir.
- *"Dan, bertawakallah kepada Allah Yang Hidup (Kekal) Yang tidak mati."* **(QS. Al-Furqân: 58)** Bertawakallah kepada Allah agar Dia memperbaiki keadaan, melapangkan hati, menjaga harta, memelihara keluarga, memuliakan tempat kembali, dan merealisasikan cita-cita Anda.
- *"Cukuplah Allah menjadi Penolong kami dan Allah adalah sebaik-baik Pelindung."* **(Ali 'Imrân: 173)** Allah akan melepaskan semua kesulitan yang ada, menghilangkan semua bencana, mengampuni semua dosa, memperbaiki hati kita, dan menghilangkan semua aib yang ada pada diri kita.
- *"Sesungguhnya, Kami telah memberikan kepadamu kemenangan yang nyata."* **(QS. Al-Fath: 1)** Kami telah menunjukimu dan memilihmu, menjagamu dan meneguhkanmu, menolongmu dan memuliakanmu, dan dengan semua ujian yang baik telah Kami ujikan kepadamu.
- *"Allah memelihara kamu dari gangguan (manusia)."* **(QS. Al-Mâidah: 67)** Dalam pengertian, bahwa musuhmu tidak akan sampai menyentuhmu. Orang yang jahat tidak akan sampai menimpakan kejahatannya kepadamu. Orang yang dengki tidak akan menang atas dirimu. Orang yang iri tidak akan mampu mengunggulimu. Dan, orang yang kejam tidak akan mampu memperlakukanmu semena-mena.
- *"Dan, adalah karunia Allah sangat besar atasmu."* **(QS. An-Nisâ` : 113)** Dia yang menciptakan dan memberi rezeki, yang mengajari dan membuat paham, memberi hidayah dan meluruskan jalan, menunjuki dan mengajarkan moral, menolong dan menjaga, dan mengarahkan dan memelihara diri Anda.
- *"Dan, apa saja nikmat yang ada pada kamu, maka dari Allah-lah (datangnya)."* **(QS. An-Nahl: 53)** Allah telah mengaruniakan penciptaan dan rezeki, pendengaran dan penglihatan, hidayah dan afiat, air dan udara, makanan dan obat, tempat tinggal dan sandang.
- Jika Anda meminta, maka mintalah kepada Allah, niscaya Anda akan mendapatkan pertolongan dan kecukupan, petunjuk dan ketepatan, kebaikan dan jalan keluar, dan bantuan dan kekuatan diri.
- Kita bertawakal kepada Allah, kita beriman dengan agama-Nya, kita ber-*ittiba'* kepada Rasul-Nya, kita menyimak firman-Nya, dan kita berhimpun untuk mendengarkan dakwah-Nya. Karena itu, tak usah bersedih, sebab Allah ada bersama kita.
- Allah akan menolong orang yang menolongnya, akan mengangkat kedudukannya, akan meninggikan derajatnya, akan mengarahkan urusannya, akan menghinakan musuhnya, akan membungkam

lawannya, dan akan merendahkan orang yang bermaksud jahat kepadanya.

- *"Lâ hawla walâ quwwata illa billâhi"*, tidak ada kehendak, daya, pertolongan, bantuan, jalan keluar, kecukupan, dan kemampuan kecuali semua itu adalah dari Allah Yang Maha Agung.
- *"Bukankah Kami telah berikan kepadanya dua mata"*, **(QS. Al-Balad: 8)**, yang mampu membaca buku alam semesta, yang bisa membaca buku catatan tentang keindahan, yang bisa menikmati pemandangan-pemandangan yang indah, dan yang mampu melayangkan pandangannya ke arah panggung kehidupan.
- *"Lidah dan dua buah bibir"*, **(QS. Al-Balad: 9)**, yang bisa berucap dengan bahasa yang lugas, yang berbicara dengan ungkapan yang menarik, yang bertutur dengan kata-kata yang penuh hikmah, yang menerjemahkan semua yang ada di dalam hatinya.
- *"Sesungguhnya jika kamu bersyukur, pasti Kami akan menambah (nikmat) kepadamu."* **(QS. Ibrahîm: 7)** Allah akan mengagungkan ilmu, menambah pemahaman, memberkahi rezeki, memberikan pertolongan, dan memperbanyak kebaikan atas diri Anda.
- *"Dan, Dia menyempurnakan untukmu nikmat-Nya lahir dan batin."* **(QS. Luqmân: 20)** Termasuk nikmat yang khusus dan yang umum, di dunia dan di akhirat, dalam keluarga dan harta, dalam watak, v organ tubuh, dan jiwa.
- *"Dan, aku menyerahkan urusanku kepada Allah."* **(QS. Al-Mu` min: 44)** Yakni; tempat untuk mengadukan semua keluhan, tempat untuk mengadukan semua keadaan tentang diri ini, tempat untuk berbaik sangka, untuk bertawakal, tempat menyatakan keridhaan ini dengan hukum-Nya, dan tempat untuk mendapatkan ketenangan dengan kecukupan yang dijamin oleh-Nya.
- *"Allah Yang Maha Lembut terhadap hamba-hamba-Nya."* **(QS. Asy-Syûra: 19)** Dia memberi rezeki kepada mereka saat sedang membutuhkannya, menurunkan hujan atas mereka ketika dilanda kekeringan, memberikan ampunan kepada mereka ketika mereka memintanya, menyembuhkan mereka ketika sakit, dan menolong mereka ketika ditimpa bencana.
- *"Janganlah kamu berputus asa dari rahmat Allah."* **(QS. Az-Zumar: 53)** Pintu rahmat-Nya belum tertutup, hijab-Nya belum dipasang, perbendaharaan-Nya tidak akan pernah habis, karunia-Nya tidak akan pernah berakhir, dan tali rahmat-Nya tidak akan pernah putus.
- *"Bukanlah Allah cukup untuk melindungi hamba-hamba-Nya."* **(QS. Az-Zumar: 36)** Allah juga mencukupi semuanya termasuk hamba-hamba yang meresahkan-Nya, yang menyusahkan-Nya, yang melindungi-Nya dari orang yang ingin mencelakakannya, menghalangi orang yang ingin berbuat jahat kepadanya, dan menjaganya dari orang yang melakukan tipu daya.
- *"Maka mintalah rezeki itu di sisi Allah."* **(QS. Al-'Ankabût: 17)** Di sisi-Nya terdapat semua perbendaharaan harta, di sisi-Nya ada semua

simpanan, dan di tangan-Nya ada semua kebaikan. Dialah Dzat Yang Maha Pemurah, Maha Memberi, Maha Mencurahkan dan Maha Tahu.

- *"Dan, barangsiapa yang beriman kepada Allah, niscaya Dia akan memberikan hidayah pada hatinya."* **(QS. At-Taghâbun: 11)** Dia akan melenyapkan kesengsaraan yang meliputi orang yang beriman tersebut, akan mengampuni dosanya, akan menghilangkan kejengkelannya terhadap keadaan, menerangi jalannya, dan meluruskan langkahnya.
- *"Dan, ingatlah nikmat Allah padamu."* **(QS. Al-Baqarah: 231)** Sebelum ini; kalian mati lalu Allah menghidupkan kalian, kalian sesat lalu Allah memberi petunjuk pada kalian, kalian miskin lalu Allah menjadikan kalian kaya-raya, kalian bodoh lalu Allah mengajari kalian, kalian lemah dan dilemahkan lalu Allah menolong kalian.
- Berapa banyak kalian meminta, tapi Dia selalu memberi. Berapa banyak kalian memohon, Dia pun memberi secara cuma-cuma. Berapa banyak kalian telah melakukan kesalahan, Dia yang meluruskan. Berapa banyak kalian mengalami kesulitan, Dia kemudian yang memudahkan. Dan berapa banyak kalian berdoa, lalu Allah mengabulkan.
- *Shalawat* dan salam atas Rasulullah yang *ma'shum* yang akan menghilangkan kegundahan, yang membuang keresahan, yang menyembuhkan hati terluka, membukakan pintu ilmu, dan yang dengan ilmu tersebut diperoleh keutamaan yang telah dibagi-bagi.
- *"Berdoalah kepada-Ku, niscaya akan Aku perkenankan bagimu."* **(QS. Al-Mu`min: 60)** Angkatlah telapak tangan Anda menengadah kepada Allah, katakan semua keperluan Anda, mintalah semua yang Anda inginkan, mintalah rezeki Anda, dan adukan semua keadaan Anda.
- *"Atau, siapakah yang memperkenankan (doa) orang yang dalam kesulitan apabila ia berdoa pada-Nya."* **(QS. An-Naml: 62)** Allah lah yang kemudian menyingkirkan semua kesulitan dan bencana itu, yang menghilangkan semua yang menghimpit, yang memberikan apa yang diidamkan, dan yang merealisasikan apa yang menjadi keinginannya.
- Bersedekahlah kepada orang-orang yang miskin akhlak dengan harga diri Anda, dan jangan menuntut mereka ketika mereka mencerca, mencela, atau menyakiti Anda sebab di sisi Allah semua itu ada gantinya.
- Ketika para penumpang kapal laut sedang disusupi rasa takut, maka mereka pun berseru, "Ya Allah!" Ketika seorang yang mengembara itu tersesat dia menyeru, "Ya Allah!" Ketika seorang yang dipenjara merasakan kepengapan ruangan penjara maka dia akan menyeru, "Ya Allah!" Dan, ketika seorang yang sakit merasa kepayahan maka dia akan menyeru, "Ya Allah!"

- *"Allah tempat berlindung"*, **(QS. Al-Ikhlash: 2)**, bagi semua makhluk yang berlindung kepada-Nya, semua makhluk mengarah pada-Nya, semua makhluk menyeru-Nya dengan berbagai bahasa dengan berbagai aksen dalam semua kebutuhan yang mereka hajatkan.
- *"Yang demikian itu karena sesungguhnya Allah adalah Pelindung orang-orang yang beriman."* **(QS. Muhammad: 11)** Allah menerangi jalan mereka, menerangkan jalan yang tepat bagi mereka, menerangkan hidayah kepada mereka, menjaga mereka dari kesesatan, dan mengajarkan kepada mereka agar tidak menjadi orang yang bodoh.
- Wahai umat manusia; berlakulah lembut terhadap kaum wanita, bersikaplah lembut terhadap hati, kasihilah sesama, berhati-hatilah terhadap perasaan orang lain, dan berbuatlah kebaikan kepada orang lain dan kepada alam semesta.
- Sembunyikan kemarahan Anda, jangan mengungkit-ungkit kesalahan yang kecil. Tutuplah mata terhadap kenakalan orang lain. Maafkanlah kesalahan yang dilakukan atas diri Anda, dan kuburkanlah semua cela itu, niscaya Anda akan menjadi orang yang paling dicintai.
- Sebuah pintu dan gemboknya, sebuah kamar yang berventilasi, hati yang tenang bersama ketakwaan dan kelurusan komitmen, maka itu berarti bahwa Anda telah mendapatkan keberhasilan.
- Hidup yang berlebih-lebihan itu adalah sebuah ketenangan yang terenggut. Kebutuhan yang melampaui batas adalah beban yang memberatkan. Dan, menahan diri dalam kecukupan itu lebih baik daripada foya-foya dan berlebih-lebihan.
- Jangan membawa simpul ketergantungan orang lain. Jangan berpikir tentang orang lain yang menunggu diri Anda. Dan, jangan pula mengira bahwa orang lain sibuk memikirkan diri Anda. Sebab segala sesuatu beredar di bidang orbitnya masing-masing.
- *"Maka, Allah akan memelihara kamu dari mereka."* **(QS. Al-Baqarah: 137)** Allah akan membalikkan tipu daya mereka, menggagalkan semua usaha keji mereka, menghinakan tentara mereka, melumpuhkan kekuatan mereka, menghancurkan ketahanan mereka, dan mencerai beraikan kesatuan mereka.
- *"Lalu menurunkan ketenangan atas mereka."* **(QS. Al-Fath: 18)** Allah mengurangi kedengkian mereka, meredakan keperihan mereka, memadamkan bara dendam dalam dada mereka, menenangkan perasaan mereka, dan membersihkan semua isi hati mereka.
- *"Perkataan yang benar itu adalah kejujuran."* Mengapa? Sebab perkataan yang benar membukakan jiwa, membahagiakan hati, menyembuhkan luka, menghilangkan kedengkian, dan mencanangkan kedamaian.
- *"Senyummu di depan saudaramu adalah sedekah."* **(Al-Hadîts)**. Mengapa? Sebab wajah adalah tanda sebuah kitab. Wajah adalah cermin hati, penuntun jiwa, dan awal dari sebuah pengharapan.

- *"Tolaklah (kejahatan itu) dengan cara yang lebih baik."* **(QS. Fushshilat: 34)** Caranya, dengan meninggalkan segala bentuk dendam, dengan bertutur kata yang baik, dengan bersikap sopan, dengan komunikasi yang baik, dan dengan melupakan segala bentuk kejahatan yang pernah dilakukan.
- *"Kami tidak menurunkan al-Qur`an ini kepadamu agar kamu menjadi susah."* **(QS. Thâhâ: 2)**. Namun sebaliknya, diturunkan agar Anda bahagia, agar jiwa Anda damai, agar dengannya Anda bisa masuk surga kesenangan, dan surga kebahagiaan.
- *"Dan, Dia sekali-kali tidak menjadikan untuk kamu dalam agama suatu kesempitan."* **(QS. Al-Hajj: 78)** Melainkan sebagai kemudahan, bimbingan untuk keluar dari kesulitan, tidak membebani, dan tidak pernah menyebabkan rasa capek fisik dan psikis.
- *"Dan, membuang dari mereka beban-beban dan belenggu-belenggu yang ada pada mereka."* **(QS. Al-A'râf: 157)** Mereka menjadi bahagia setelah mereka sebelumnya sengsara. Mereka bersenang-senang setelah mereka merasakan kecapekan. Mereka merasa aman dari segala yang menakutkan, dan mereka senang setelah mereka bersedih sebelumnya.
- *"Berkata Musa: 'Ya* Rabb*-ku, lapangkan untukku dadaku dan mudahkanlah untukku urusanku'."* **(QS. Thâhâ: 25-26)** "Saya melihat cahaya di depan saya. Saya merasakan petunjuk di dalam hati, tangan saya memegang tali, dan saya mendapatkan kesuksesan dalam hidup ini, serta kemenangan sebelum kematian," demikian pengakuan Nabi Musa.
- *"Dan, Kami akan memberi kamu taufik kepada jalan yang mudah,"* **(QS. Al-A'lâ: 8)**, agar Anda bisa; beribadah kepada Rabb dengan segala rasa cinta, taat kepada-Nya dengan segala rasa cinta, dan bisa berjihad di jalan-Nya dengan penuh keikhlasan. Karenanya, semua bentuk azab yang ada di jalan Allah terasa sebagai sesuatu yang menyegarkan, dan yang pahit sekali terasa seperti madu.
- *"Allah tidak membebani seseorang, melainkan sesuai dengan kesanggupannya."* **(QS. Al-Baqarah: 286)** Artinya, tidak ada pembebanan di atas kesanggupan orang, pembebanan itu selalu disesuaikan dengan kemampuan berusaha yang bersangkutan, dengan kemampuan yang ada dalam dirinya, dan dengan batas kemampuannya.
- *"Wahai* Rabb *kami, janganlah Engkau hukum kami jika kami lupa."* **(QS. Al-Baqarah: 286)** "Sesekali kami salah perhitungan, sekali waktu kami lalai, ada kalanya kami tersesat, dan pernah juga pikiran kami kacau. Karena itu, ampunilah wahai *Rabb* kami."
- *"... atau kami bersalah."* **(QS. Al-Baqarah: 286)** Kami tidak *ma'shum*, dan tidak pula terhindar dari dosa, tapi kami selalu ingin mendapatkan kemuliaan-Mu dan selalu berusaha mencari rahmat-Mu.
- *"Ya Rabb kami, janganlah Engkau bebankan kepada kami beban yang berat sebagaimana Engkau bebankan kepada orang-orang yang sebelum kami."* **(Al-Baqarah: 286).** Kami adalah hamba-hamba yang lemah, manusia-

manusia yang tidak berdaya. Sedangkan Engkau yang mengajarkan kepada kami bagaimana berdoa kepada-Mu, kabulkanlah kami.

- *"Ya* Rabb *kami, janganlah Engkau pikulkan kepada kami apa yang tak sanggup kami memikulnya."* **(QS. Al-Baqarah: 286)** Karena kalau dipaksakan kami tidak akan mampu, hati kami tidak bergairah, dan jiwa kami menjadi bosan. Tapi mudahkanlah kami, dan itu telah Engkau lakukan, dan mudahkanlah kami, dan itu telah Engkau kabulkan.
- *"Beri maaflah kami"*, **(QS. Al-Baqarah: 286)**, sebab kami adalah orang-orang yang selalu berbuat salah dan keliru. Dari kami sering kali muncul kejahatan-kejahatan, dalam diri kami selalu ada kekurangan dan kelalaian. Sedangkan Engkau Maha Pemberi, Maha Pengasih, lagi Maha Penyayang.
- *"Dan, ampunilah kami"*, **(QS. Al-Baqarah: 286)**, sebab tidak ada yang mengampuni dosa selain Engkau. Tidak ada yang menutupi aib kecuali Engkau. Tidak ada yang sabar melihat orang yang melakukan kelalaian kecuali Engkau. Dan, tidak ada yang memberi karunia terhadap orang yang melakukan kejahatan selain Engkau.
- *"Dan, rahmatilah kami"*, **(QS. Al-Baqarah: 286)**, karena hanya dengan rahmat-Mu lah kami bahagia. Dengan rahmat-Mu pula cita-cita kami menjadi hidup. Dengan rahmat-Mu amalan-amalan kami diterima, dan dengan rahmat-Mu pulalah seluruh keadaan kami menjadi baik.
- *"Aku diutus dengan agama yang dipegang teguh dan toleran."* **(Al-Hadîts)** Karenanya, tidak ada kesusahan yang tidak bisa dilalui, tidak ada pemaksaan diri, tidak ada yang harus diada-adakan, tidak ada beban yang memberatkan, tidak ada kesulitan yang tidak bisa dihadapi, dan tidak ada sikap berlebih-lebihan. Yang ada dalam agama ini adalah fitrah, sunnah, kemudahan, dan kesahajaan.
- *"Jauhilah olehmu sekalian akan sikap yang berlebih-lebihan."* **(Al-Hadîts)** Tapi pegang teguhlah sunnah, sekedar mengikuti sunah dan bukan menciptakan bid'ah, yang mudah dan bukan yang menyulitkan, yang bersahaja dan bukan yang ekstrim, hanya sekedar mengikuti tanpa harus menambah-nambahi.
- *"Umatku umat yang disayang."* **(Al-Hadîts)** Umat Muhammad memang diarahkan oleh *Rabb*-nya. Rasulnya adalah pemimpin para rasul, dan agamanya pun adalah agama yang terbaik, sehingga umat ini menjadi umat yang paling baik, dan syariatnya juga yang terbaik.
- *"Yang akan mencicipi nikmatnya iman adalah orang yang ridha kepada Allah sebagai* Rabb, *Islam sebagai agama, dan Muhammad sebagai rasul."* **(Al-Hadîts)** Tiga hal ini adalah rukun keridhaan, dan pokok-pokok keberhasilan.
- Jauhilah sikap tidak menerima, sebab sikap ini merupakan pintu kesedihan, keresahan, kegundahan, hati yang tidak pernah puas,

jiwa yang tidak berkenan, keadaan yang tidak menyenangkan, dan membuang-buang usia.

- Dengan ridha akan datang ketenangan dan keteduhan di dalam hati. Dengan ridha juga akan datang rasa damai dan aman, kesejahteraan dan kemudahan hidup, kegembiraan dan kesenangan.
- Ridha akan membuat hati terhindar dari tipu daya dan pengkhianatan, keirian dan tidak menerima, perasaan enggan dan uring-uringan, kebosanan dan kejemuan.
- Orang yang ridha dengan Allah, oleh Allah hatinya akan dipenuhi dengan nur dan keimanan, dengan keyakinan dan cinta kasih, dengan rasa puas dan ridha, dengan rasa cukup dan aman, dengan taubat dan *inabah*.
- Wahai orang fakir, bersabarlah dengan kesabaran yang indah. Sebab Anda telah terbebas dari konsekuensi harta, terbebas untuk menghamba kepada kekayaan, terbebas dari beban menumpuk-numpuk harta, terbebas dari kesulitan menjaga dan menghamba kepada harta, serta penghitungan yang panjang di sisi Allah kelak.
- Wahai orang yang kehilangan penglihatannya, bergembiralah dengan surga sebagai harga dari penglihatan Anda. Ketahuilah, bahwa dalam hati Anda akan digantikan dengan cahaya, dan bahwa Anda akan terbebas dari melihat hal-hal yang mungkar, menyaksikan hal-hal yang menyebabkan kekaguman dan melenakan.
- Wahai orang yang sakit, sucilah Anda dari dosa, *insyâ' Allah,* karena Anda telah dibersihkan dari berbagai bentuk kesalahan, Anda telah dijauhkan dari dosa-dosa, hati Anda telah disepuh, jiwa Anda telah ditaklukkan, kesombongan dan *ujub* Anda telah hilang.
- Mengapa Anda justru memikirkan hal yang telah tiada dan tidak mensyukuri yang ada, melupakan nikmat yang ada dan menyesalkan nikmat yang telah tiada, iri kepada orang lain dan tidak melihat apa yang ada pada diri Anda?
- *"Jadilah di dunia ini seperti orang asing."* **(Al-Hadîts)**. Yang hanya butuh sepotong roti, seteguk air, sehelai kain, beberapa hari, malam-malam yang bisa dihitung, dan kemudian dunia ini berakhir. Ketika sudah di dalam kubur, tidak ada bedanya antara yang paling kaya dan yang paling miskin.
- Seorang raja dikuburkan bersebelahan dengan seorang pelayan, kepala negara bersebelahan dengan seorang penjaga, seorang penyair yang masyhur bersama seorang fakir yang tidak berharga, seorang yang kaya dengan yang miskin dan fakir lagi pincang. Yang berbeda di dalam kubur hanyalah amalan dan derajat.
- Jika hari baru datang, katakan kepadanya, "Selamat datang, tamu yang mulia." Kemudian sambutlah ia dengan baik, yakni dengan menjalankan yang *faridhah*, melaksanakan kewajiban, memperbaharui semangat taubat, dan membersihkannya dari dosa dan keresahan. Sebab hari tidak akan pernah datang lagi.

- Jika Anda harus mengingat masa lalu, maka ingatlah masa lalumu yang indah agar Anda gembira. Jika Anda mengingat hari ini, maka ingatlah apa yang telah Anda hasilkan, pasti Anda akan merasa bahagia. Dan, jika Anda mengingat hari esok, maka ingatlah mimpi-mimpi Anda yang indah agar Anda optimistis.
- Kehidupan adalah kekayaan pengalaman, sebuah perguruan tinggi yang mengajarkan banyak pengetahuan, dan gudang yang menyimpan banyak sekali formula-formula. Setiap hari Anda mempelajari pelajaran tentang seni hidup. Kehidupan ini adalah berkah bagi kaum yang mau berpikir.
- Dari perasaan takut itu ada sesuatu yang mengingatkan Anda akan rasa aman yang pernah dirasakan, yang kemudian menggerakan Anda untuk berdoa, yang mengetuk hati Anda untuk tidak melakukan hal-hal yang bertentangan dengan agama, dan yang memberi peringatan keras akan bahaya yang lebih besar.
- Dari sakit yang menimpa Anda; ada sesuatu yang akan mengingatkan Anda tentang makna sehat, yang akan mencabut pohon kesombongan dalam diri Anda, dan yang akan menurunkan tingkat ujub dalam diri Anda agar hati terjaga dan tidak tidur seperti tidurnya orang-orang yang lalai.
- Hidup ini sangat pendek, maka jangan Anda perpendek dengan banyak bersedih. Mencari teman itu susah, maka jangan membuatnya menyesal dengan menghinanya. Sedangkan musuh itu banyak sekali, dan jangan menambah jumlah mereka dengan akhlak yang buruk.
- Jadilah seperti semut dalam ketekunannya. Dia berusaha merambat naik ke batang pohon hingga ratusan kali, dan jatuh sebanyak jumlah yang sama. Tapi dia terus berusaha naik kembali hingga akhirnya sampai pada tujuan yang diinginkan. Karena itu, jangan cepat menyerah dan bosan.
- Jadilah seperti lebah, menyantap makanan yang baik, dan mengeluarkan sesuatu yang baik pula. Dan, jika dia hinggap di atas dahan dia tidak merusaknya, atau di atas bunga dia tidak mengoyak-ngoyaknya.
- Malaikat tidak akan masuk rumah yang di dalamnya ada anjing. Bagaimana bisa ketenangan akan masuk ke dalam hati yang di dalamnya ada anjing-anjing syahwat dan *syubuhat*?
- Berhati-hatilah dengan lingkungan yang mengobarkan permusuhan, sebab di dalamnya agama akan 'dijual' dengan harga yang sangat murah, peri kemanusiaan dinodai, dan harga diri diinjak-injak kemanusiaan dengan kaki yang hina.
- *"Berlomba-lombalah"*, karena perlombaan itu harus diikuti oleh siapa saja. Zaman terus bergerak, matahari terus berlari, bulan terus berjalan, dan angin terus berhembus. Jangan pernah berhenti, sebab kafilah kehidupan tidak akan menunggu.

- *"Bersegeralah"!* Melompatlah ke tingkatan yang lebih tinggi ke tingkatan orang-orang yang tinggi, karena yang diperebutkan adalah kemuliaan. Kemenangan itu tidak akan dihidangkan di atas dulang emas, tapi diperoleh dengan air mata, darah, begadang, keletihan, rasa lapar, dan kesulitan.
- Keringat orang yang bekerja jauh lebih baik daripada minyak kasturi yang menebar dari orang yang hanya duduk-duduk tanpa kerja. Suara terengah-engah orang yang bekerja keras jauh lebih merdu daripada nyanyian orang-orang yang malas. Dan, roti kering yang dimakan oleh orang yang lapar lebih lezat daripada daging domba yang disantap oleh orang yang berfoya-foya.
- Celaan iri yang ditujukan kepada orang-orang yang berhasil adalah letupan senjata kemenangan, pengumuman tentang keberhasilan, dan iklan gratis tentang keunggulannya.
- Keunggulan dan kerja keras tidak mengenal garis keturunan, gelar, mata pencaharian, ataupun jenjang pendidikan. Siapa saja yang memiliki semangat tinggi, jiwa yang selalu ingin tahu, dan tingkat kesabaran yang baik, akan masuk ke dalam tingkatan orang-orang yang tinggi.
- Jangan merasa ngeri dengan kesulitan-kesulitan, karena singa berani menghadapi satu kawanan unta tanpa ada perasaan takut sedikit pun. Jangan mengeluh karena beban berat yang harus Anda tanggung, sebab keledai membawa beban yang sangat berat dan tidak pernah mengaduh. Jangan pusing dengan tuntutan yang harus Anda capai, sebab anjing akan selalu mengejar mangsanya walau harus masuk ke dalam api.
- Jangan terlalu egois dengan pendapat Anda sendiri dalam menghadapi permasalahan apapun, tapi bermusyawarahlah. Sebab pendapat dua orang lebih kuat daripada pendapat seorang. Tak ubahnya tali, setiap kali disatukan dengan tali yang lain maka akan semakin kuat.
- Jangan menganggap semua kritik yang diarahkan kepada Anda sebagai sebuah permusuhan. Tapi ambillah faedah yang ada di dalamnya tanpa harus melihat maksud orang yang mengkritik itu. Karena saat itu Anda lebih membutuhkan perbaikan daripada pujian.
- Orang yang memahami siapa sebenarnya manusia itu, akan merasa tenang di dalam hati. Karenanya, jangan pernah berjingkrak karena mendapatkan pujian dari mereka dan jangan pula kalut karena dicela. Manusia adalah makhluk yang mudah menerima, dan mudah marah. Mereka digerakkan oleh hawa nafsu.
- Jangan pernah mengira bahwa cacat akan menjadi penghambat bagimu untuk sampai pada satu tujuan. Betapa banyak orang yang mulia, padahal dia buta, tuli, lumpuh, atau pincang. Masalahnya di sini adalah masalah semangat, bukan masalah organ tubuh.

- Bisa saja apa yang Allah cegah atas Anda itu sebuah karunia. Dan, ketidaksanggupan Anda untuk mencapai apa yang Anda inginkan adalah sebuah kebaikan. Keterlambatan Anda dari apa yang Anda inginkan adalah *inayah* dari Allah. Sebab Allah lebih tahu daripada Anda sendiri.
- Jika datang kesulitan, maka ketahuilah bahwa itu hanya awan musim panas yang sebentar lagi akan berlalu. Jangan takut dengan gemuruh petirnya dan sambaran kilatnya, karena bisa jadi itu hujan.
- Keluarlah sekali dalam seminggu bersama keluarga untuk berekreasi. Dengan rekreasi Anda akan lebih dekat dengan anak-anak. Kesegarannya akan memperbaharui gairah hidup, dan akan membuang kejemuan.
- Orang yang tidak pernah bahagia di rumahnya, maka dia tidak akan pernah bahagia di tempat lain. Ketahuilah, bahwa tempat yang paling tepat untuk ketenangan dan kedamaian jiwa yang jauh dari citra kepalsuan adalah rumah Anda sendiri.
- Kemuliaan ilmu dan kebudayaan akan kekal abadi, terutama bagi orang yang berprofesi mengajar dan menulis. Sedangkan kemulian yang disebabkan oleh ketenaran dan kedudukan adalah bayang-bayang yang akan segera sirna dan fantasi yang palsu.
- Pikiran jika dibiarkan akan pergi ke tempat-tempat yang menawarkan kesedihan, yang kemudian akan menyulutkan rasa sakit dan kesedihan di dalam hati. Oleh karena itu, jangan pernah membiarkan pikiran itu berkeliaran semaunya, tapi ikatlah di tempat-tempat yang memberikan banyak manfaat.
- Di antara sekian banyak hal yang mengganggu pikiran dan mengeraskan hati adalah bergaul dengan sesama, terhanyut dalam obrolan yang melenakan bersama mereka, dan terlalu akrab dengan mereka. Ini tidak lebih baik dibandingkan dengan menyendiri untuk beribadah dan belajar.
- Langkah yang paling mulia adalah langkah menuju masjid, langkah yang paling memberikan rasa tentram adalah langkah menuju rumah, sikap yang paling sulit adalah sikap di depan penguasa, dan tindakan yang paling berbahaya adalah sujud di depan orang yang memberi hutang.
- Mendengarkan al-Qur'an yang dibacakan dengan suara yang bagus, berdzikir dengan sepenuh hati, menginfakkan harta yang halal, dan memberi nasehat dengan kata-kata yang mengena merupakan hidangan untuk jiwa dan taman bagi hati.
- Akhlak dan sikap yang baik lebih indah daripada wajah yang tampan, mata yang hitam, dan pipi yang licin. Keindahan makna lebih utama daripada keindahan bentuk.
- Tindakan-tindakan yang baik akan menghalangi diri untuk masuk ke tempat-tempat yang buruk, akal yang cerdas akan mencegah ke-

salahan yang dipicu oleh hawa nafsu, sedangkan benturan-benturan pengalaman lebih bermanfaat daripada seribu nasehat.

- Jika Anda melihat ribuan manusia menghabiskan umurnya untuk hal-hal yang tidak berguna dan bersenang-senang, maka bersyukurlah kepada Allah atas segala kebaikan yang ada pada diri Anda. Sebab dengan melihat orang yang menderita, maka di hati orang yang sehat akan timbul rasa syukur.
- Jika Anda melihat orang kafir, maka bersyukurlah kepada Allah karena Anda berada dalam Islam. Jika Anda melihat orang yang keji, maka bersyukurlah kepada Allah karena Anda berada dalam takwa. Jika Anda melihat orang yang bodoh, maka bersyukurlah kepada Allah karena Anda masih memiliki ilmu. Dan, jika melihat orang yang mendapat bencana, maka bersyukurlah kepada Allah karena Anda terhindar darinya.
- Matahari diciptakan untuk Anda, maka mandilah dengan sinarnya. Angin diciptakan untuk Anda, maka nikmatilah udaranya. Sungai-sungai diciptakan untuk Anda, maka nikmatilah airnya. Buah-buahan diciptakan untuk Anda, maka rasakan kenikmatannya. Dan, bersyukurlah kepada Dzat Yang Maha Mulia yang telah memberikan semua itu.
- Orang yang buta memendam keinginan untuk menyaksikan dunia. Orang yang tuli memendam keinginan untuk mendengar suara-suara. Orang yang lumpuh memendam cita-cita untuk dapat berjalan walaupun hanya beberapa langkah. Orang yang bisu memendam cita-cita untuk bisa mengucapkan beberapa kata. Sedangkan Anda lebih dari mereka: bisa melihat, bisa mendengar, bisa berjalan, dan bisa berbicara. Maka, bersyukurlah.
- Jangan pernah berpikir bahwa kehidupan ini sempurna, setidaknya dirasakan oleh satu orang. Orang yang punya rumah belum tentu punya mobil, orang yang punya istri belum tentu punya pekerjaan tetap, orang yang selera makannya meningkat belum tentu punya makanan untuk dimakan, dan orang yang punya makanan belum tentu dibolehkan untuk makan.
- Masjid adalah pasar akhirat. Buku adalah sahabat umur manusia. Amal perbuatan adalah teman di dalam kubur. Akhlak yang baik adalah mahkota kemuliaan. Dan, baik hati adalah pakaian yang paling indah.
- Jauhi buku-buku yang membangkang kepada Allah, karena sesungguhnya di dalamnya ada najis yang mengotori hati, ada racun yang membunuh jiwa, dan ada kebodohan yang mengikis nurani. Tidak ada yang lebih baik daripada wahyu yang berfungsi membersihkan ruh dan menyembuhkan penyakit.
- Jangan mengambil keputusan pada saat marah, karena Anda akan menyesal. Orang marah itu sebenarnya telah kehilangan obyektivitasnya, tak punya kedalaman dalam melihat sesuatu, dan kurang dalam perenungannya.

- Kesedihan tidak akan pernah mengembalikan yang telah hilang. Kekhawatiran tidak akan pernah membuat masa depan menjadi lebih baik. Dan, keruwetan hati tidak akan pernah melahirkan keberhasilan. Hanya jiwa yang lurus dan hati yang ridha yang akan menjadi dua sayap kebahagiaan.
- Jangan menuntut orang lain untuk menghormati Anda hingga Anda sendiri yang memulai menghormati mereka. Dan, jangan pula menyalahkan mereka atas kegagalan yang menimpa diri Anda, tapi salahkan diri sendiri. Jika Anda ingin agar orang lain menghormati Anda maka hormatilah diri Anda sendiri.
- Orang yang hanya memiliki gubuk hendaknya bisa menerima keadaan gubuknya jika dia menyadari bahwa akhirnya istana-istana itu juga akan rusak. Dan, bagi orang yang memakai pakaian compang-camping hendaknya menerima keadaan pakaiannya seandainya dia yakin bahwa ahkirnya sutera juga akan lusuh.
- Orang yang selalu memberi kepada nafsunya, maka ketika nafsunya sudah minta, hatinya akan ruwet, urusannya akan terabaikan, dan keresahannya akan semakin menjadi-jadi. Tuntutan hawa nafsu itu tidak terbatas, dan memang hawa nafsu selalu memerintah dan selalu menipu.
- Kepada orang yang ditinggal mati anaknya, Anda memiliki istana pujian di dalam surga. Kepada orang yang tak mendapatkan bagiannya dalam kehidupan dunia, tempat Anda di surga 'Adn sedang menunggu.
- Rezeki burung itu tidak datang dengan sendirinya saat dia sedang di sarangnya. Mangsa singa juga tidak datang dengan sendirinya saat dia berada di sarangnya. Dan, makanan semut tidak datang dengan sendirinya saat dia berada dalam lubangnya. Semuanya masih harus berusaha dan mencari. Karena itu, berusahalah sebagaimana mereka niscaya Anda akan mendapatkan seperti mereka.
- *"Mereka mengira bahwa tiap-tiap teriakan yang keras ditujukan pada mereka."* **(QS. Al-Munâfiqûn: 4)**. Psikologi seperti itu menunjukkan bahwa mereka telah mati sebelum kematian itu sendiri. Mereka hanya menunggu datangnya semua musibah. Mereka menyangka bahwa semua bencana akan menimpa mereka, mereka takut pada setiap suara, bayangan, dan gerakan. Mengapa? Sebab hati mereka adalah udara dan jiwa mereka telah tercabik-cabik.
- Jika Allah telah menetapkan diri Anda dalam satu keadaan tertentu, maka jangan meminta yang lain, sebab Allah Maha Tahu tentang diri Anda. Jika Allah telah menjadikan Anda miskin, maka jangan mengatakan "seandainya Allah menjadikan aku kaya". Jika Dia membuat Anda sakit, maka jangan berkata, seandainya badanku sehat.
- Semoga keterlambatan Anda dari sebuah perjalanan merupakan sesuatu yang baik. Semoga kegagalan Anda mempersunting seorang wanita merupakan berkah. Dan semoga kecintaan Anda terhadap

sebuah tugas menjadi kemaslahatan, sebab Allah Maha Tahu dan Anda tidak.

- Batu cadas jauh lebih kokoh daripada pohon, besi jauh lebih kuat daripada batu cadas, api lebih kuat daripada besi, angin lebih kuat daripada api, dan iman lebih kuat daripada angin yang bertiup.
- Setiap bencana yang menimpa adalah pelajaran yang tidak bisa dilupakan, dan setiap musibah yang menimpa akan selalu terukir dalam pikiran Anda. Oleh sebab itu, bencana merupakan teks yang abadi yang ada di alam pikiran.
- Keberhasilan adalah tetesan-tetesan dari kerja keras, penderitaan, luka, pengorbanan, dan kecemasan. Sedangkan kegagalan adalah tetesan-tetesan dari kemalasan, tidak punya greget, perasaan minder, dan tidak bergairah.
- Orang yang hanya memburu ketenaran sesaat, dan enggan untuk mencari ketenaran yang abadi dengan pujian yang baik, ilmu yang bermanfaat, dan amal saleh, maka orang itu adalah orang yang bertipe pas-pasan dan tidak punya greget.
- *"Wahai Bilal, dirikan shalat, dan tenangkan kami dengannya."* **(Al-Hadîts)**. Shalat adalah banjir bah dari ketenangan, adalah sungai yang mengalirkan perasaan tenang itu sendiri, dan adalah angin sejuk yang menerpa jiwa dan akan memadamkan api ketakukan dan kesedihan.
- Jika Anda tidak pernah durhaka kepada *Rabb*, dan tidak pernah menzalimi orang lain, maka tidurlah dengan nyenyak dan mata terpejam. Selamat untuk Anda, sebab Anda telah mendapatkan nasib yang baik, dan Anda telah berusaha dengan baik. Karenanya, Anda tidak punya musuh.
- Selamat bagi seseorang yang tidur, sementara orang-orang mendoakan kebaikan untuknya. Dan, celakalah bagi seseorang yang tidur sementara orang lain mendoakan agar ia celaka. Itu adalah kabar gembira bagi orang yang dicintai oleh banyak orang, dan kerugian bagi orang yang dikutuk oleh banyak orang.
- Jika Anda tidak mendapatkan keadilan di pengadilan dunia, maka laporkan berkas aduan Anda itu ke pengadilan akhirat. Di pengadilan akhirat saksinya adalah para malaikat. Dakwaan terhadap diri Anda akan dirahasiakan, sedangkan hakimnya adalah Hakim Yang Maha Adil.
- *"Karena itu ingatlah kamu kepada-Ku niscaya Aku ingat (pula) kepadamu."* **(QS. Al-Baqarah: 152)**. Jika fungsi dzikir kepada Allah adalah agar Allah ingat kepada yang berdzikir kepada-Nya, maka fungsi satu itu saja sudah sangat cukup. Alangkah indahnya kemuliaan ini. Alangkah indahnya kedekatan ini, dan alangkah baiknya kehormatan ini.
- Kabar gembira untuk Anda ... kebersihan adalah sebagian dari iman, kebersihan akan menghapuskan dosa-dosa, akan mencuci semua

kesalahan, dan akan membersihkan Anda untuk menghadap Raja Diraja.

- Beruntunglah Anda, karena shalat adalah penebus dosa yang melenyapkan dosa-dosa sebelumnya, yang menghapuskan kesalahan-kesalahan yang ada di depannya, yang memperbaiki kesalahan yang akan dilakukan setelahnya, dan yang melepaskan tawanan dari orang yang menawannya. Dia adalah permata hati.
- Orang yang gila kemenangan supaya orang lain menghormatinya dan tidak mengkritiknya, maka kebanyakan orang seperti itu akan hidup sengsara dan merana. Bagi orang sepertinya, usaha mendapatkan penghormatan itu ada di belakang kemunculan nama seseorang, dan ketenaran adalah musuh dari kebahagiaan.
- Teori-teori dan pelajaran-pelajaran tentang seni hidup bahagia tidaklah cukup, harus ada gerak, kerja, dan pergaulan. Misalnya, setiap hari berjalan-jalan atau pergi ke tempat-tempat rekreasi.
- Nyamuk selalu berusaha mengganggu dan menyakiti singa, namun itu semua tidak menarik perhatian singa dan tidak membuatnya menoleh kepadanya. Sebab singa sudah sibuk dengan target-target yang harus dimangsanya ketimbang seekor nyamuk.
- Jauhilah orang-orang yang pesimistis, sebab jika Anda memperlihatkan sekuntum bunga kepadanya dia akan memperlihatkan duri-durinya kepada Anda. Jika Anda memperlihatkan air kepadanya, maka dia akan memberikan kotorannya untuk Anda. Dan jika Anda keindahan matahari, maka dia akan mengeluhkan panasnya cahaya matahari.
- Apakah Anda menginginkan kebahagiaan yang sesungguhnya? Tak usah dicari jauh-jauh karena kebahagiaan sejati itu ada dalam diri sendiri, ada dalam pikiran yang inovatif, ada dalam khayalan yang indah, ada dalam kemauan yang optimistik, dan ada dalam hati yang selalu mengobarkan kebaikan.
- Kebahagiaan adalah minyak wangi yang tidak bisa Anda siramkan kepada orang yang ada di sekitar Anda tanpa Anda sendiri terpercikinya.
- Adalah bencana jika kita takut kepada selain Allah sebanyak lebih dari seratus kali dalam sehari. Misalnya; kita takut terlambat, takut salah, takut terlalu cepat, takut seseorang marah, dan takut seseorang ragu kepada kita.
- Banyak orang berkeyakinan bahwa setiap kegembiraan itu akan sirna, namun mereka juga yakin bahwa setiap kesedihan itu akan abadi. Mereka yakin bahwa kegembiraan itu akan mati dan tidak mengakui bahwa kesedihan juga akan mati.
- Sebagian orang seperti ikan buta yang mengira bahwa dirinya berada di laut padahal dalam gelas kecil. Kita diciptakan di alam keimanan, namun acap kali kita bersembunyi di balik gunung-gunung kebencian, ketakutan, permusuhan, dan kesedihan.

- Kehidupan ini sangatlah mulia, namun hidayah membutuhkan seseorang yang berhak menerimanya. Mereka yang ditertawakan oleh hidup, sebenarnya mereka menangis. Dan yang dikirim senyum oleh hidup, sebenarnya terpaksa tertawa karena sadar bahwa mereka tidak berhak menerima kekekalan itu.
- Seorang pemburu meletakkan seekor merpati di dalam sebuah sangkar, maka bernyanyilah merpati itu. Si pemburu bertanya, "Apakah ini waktu yang tepat untuk bernyanyi?" Merpati itu menjawab, "Setiap jam bergulir, setiap itu pula kebebasan semakin dekat."
- Seorang hakim ditanya, "Mengapa Anda tidak pergi menghadap penguasa, karena dia akan memberimu kantong kain emas?" Hakim itu menjawab, "Yang saya khawatirkan darinya, jika dia marah maka dia akan memotong kepalaku, dan meletakkannya di dalam kantong itu, lalu menghadiahkannya kepada istriku."
- Mengapa Anda mendengarkan gonggongan anjing dan tidak diam mendengarkan nyanyian merpati? Mengapa Anda melihat gelapnya malam saja, dan tidak menyaksikan indahnya bulan dan kerlipan bintang itu? Mengapa Anda mengeluhkan sengatan lebah dan lupa manis madunya?
- Ayah kalian, Adam, bertobat dari dosa yang dia lakukan, lalu Allah memilihnya dan memberinya petunjuk. Dari tulang sulbinya, Allah menurunkan para nabi, syuhada, ulama, dan wali. Dibandingkan dengan sebelum melakukan dosa, derajat Adam menjadi justru lebih tinggi setelah melakukan dosa.
- Ketika banjir sebesar gunung datang, Nuh berteriak, "Wahai Dzat Yang Maha Penyayang, Yang Maha Memberi." Dalam sekejap datanglah pertolongan. Dia selamat sekaligus mendapatkan keuntungan. Sedangkan orang kafir, telah merugi dan hancur pula.
- Yunus berada di dasar laut dalam tiga kegelapan yang berlapis. Maka dia pun mengirimkan surat kilat yang isinya berupa pengakuan tentang dosa yang pernah dilakukannya, sekaligus memohon maaf atas segala kelalaiannya. Dengan serta merta pertolongan itu datang ibarat kilat. Kecepatan itu disebabkan oleh kejujuran doa itu.
- Daud mencuci dosa-dosanya dengan air matanya, sehingga pakaian taubatnya berwarna putih. Kain bahannya ditenun di mihrab, penenunnya orang yang jujur, dan setelah jadi baju itu dicuci pada sepertiga malam terakhir.
- Jika masalah yang Anda hadapi tak terpecahkan, penderitaan yang Anda alami menghimpit, dan muncul rasa putus asa di dalam hati, maka tunggulah jalan keluar.
- Jika Anda menginginkan jalan keluar (dari Allah) dari semua hal yang membuat Anda bersedih, maka hentikanlah hubungan Anda dengan sesama makhluk baik kecil maupun besar. Jangan

menggantungkan harapan kepada selain Allah. Dan, himpunkan seluruh rasa putus asa dari semua orang yang ada di dunia.

- Diri Anda seperti cairan yang mewarnai bejana yang menampungnya. Bila jiwa itu ridha dan bahagia, maka Anda akan melihat kebahagiaan, kebaikan, dan keindahan itu. Tapi bila jiwa itu sempit dan pesimistis maka Anda akan melihat kesengsaraan, kejahatan, dan keburukan.
- Jika Anda menaati sesembahan Anda, menerima keberadaannya, dan merasa terhibur dari semua yang tidak Anda dapatkan, maka Anda telah mendapatkan tujuan yang mulia.
- Orang yang di dalam dadanya ada taman keimanan dan dzikir, dan di dalam benaknya ada kebun ilmu dan pengalaman, maka keduniaan yang tak kesampaian tak pernah membuatnya bersedih.
- Orang yang menangguhkan kebahagiaan hingga anaknya yang hilang kembali, sampai rumahnya dibangun, dan hingga mendapatkan pekerjaan yang sesuai, maka ia tertipu oleh fatamorgana dan terperdaya oleh mimpi-mimpi di siang bolong.
- Kebahagiaan adalah bersikap yang sewajarnya, tidak menelan bayang-bayang, dan membuang semua kekhawatiran di dalam hati.
- Senyuman adalah kekuatan sihir yang dihalalkan, adalah uang muka yang dibayarkan untuk cinta dan pernyataan hubungan pertemanan, adalah sebuah misi yang diturunkan di dunia untuk perdamaian dan cinta kasih, dan adalah sedekah wajib yang menunjukkan bahwa orang yang mengeluarkannya, dengan itu, menyatakan keridhaannya, ketenangan jiwanya, dan keteguhan hatinya.
- Saya melarang Anda untuk membuat pikiran anda ruwet dan miris, hanya disebabkan oleh ketidaktaatan pada peraturan dan tata tertib. Agar tidak ruwet dan miris, maka bahwa setiap orang harus mempunyai jadwal teratur yang disusun berdasarkan pertimbangan kenyataan dan rutinitas.
- Jika ditimpa musibah atau kesulitan apapun, bersuka rialah dengan hari yang terus berlalu. Karena pergantian hari demi hari akan semakin mengurangi umur dari kesulitan itu. Kesulitan adalah sebuah rentangan umur seperti umur manusia yang tidak bisa Anda perkirakan kapan akan berakhir.
- Harus ada batasan-batasan pencapaian duniawi yang harus Anda tetapkan. Sebagai contoh, ingin punya rumah tinggal, pekerjaan yang sesuai, dan kendaraan yang memudahkan. Tapi, ketika pintu selera hati dibukakan lebar-lebar untuk mencari apa yang diinginkannya, maka ketika itu sudah masuk kategori kesengsaraan.
- *"Sesungguhnya Kami telah menciptakan manusia berada dalam susah payah."* **(QS. Al-Balad: 4).** Ayat ini menyatakan tentang hukum alam yang tidak bisa diutak-atik tentang penciptaan manusia; bahwa

manusia itu harus bekerja keras, harus berada dalam kesulitan, dan harus menjalani kehidupan yang tertekan. Itu artinya, manusia harus mengenali kenyataan dirinya, dan kemudian membangun siasat bagaimana menghadapi kehidupannya.

- Orang mengira bahwa dengan menghabiskan waktunya untuk bermain, berburu, dan berhura-hura, akan mendapatkan kebahagiaan diri. Dengan berpersepsi seperti itu, sebenarnya ia tidak sadar bahwa sebenarnya ia harus membayar ongkos semua ini dengan hati yang selalu resah dan hidup yang selalu tertekan. Mengapa? Karena orang itu mengabaikan harmonisasi antara kewajiban yang harus dilakukan dan kesenangan untuk menghibur diri.
- Bebaskan diri Anda dari hal-hal yang berlebihan dalam hidup, meskipun hanya persoalan kertas sisa yang terdapat dalam kantong baju atau di atas meja Anda. Prinsipnya, segala sesuatu yang melebihi kebutuhan adalah membahayakan.
- Para sahabat adalah kaum yang paling merasakan kebahagiaan hidup, karena mereka tidak terlalu masuk dalam wilayah hal-hal yang membahayakan hati, perilaku yang spesifik, dan bisikan jiwa. Mereka lebih memfokuskan pada prinsip-prinsip dasar dan berkutat dalam pencapaian.
- Dalam melaksanakan berbagai macam ibadah, satu hal yang harus diperhatikan adalah ke-khusyu'-an dan totalitas. Itu artinya, pengetahuan yang tanpa dibarengi dengan pemahaman agama yang baik, shalat yang tidak khusyu', dan membaca yang tidak dibarengi dengan permenungan, adalah omong kosong.
- *"Dan, wanita-wanita yang baik adalah untuk laki-laki yang baik."* **(QS. An-Nûr: 26)**. Ucapan, perbuatan, kesopanan, tingkah laku, dan istri yang baik adalah untuk orang-orang pilihan yang mengabdikan diri mereka untuk kebajikan. Dengan mempertemukan antara dua kebaikan ini supaya kebahagiaan yang dihasilkan sempurna, dan menelorkan jiwa yang lumer dan senang.
- *"Dan, orang-orang yang menahan amarahnya."* **(QS. Ali 'Imrân: 134)** Mereka adalah orang-orang yang menahan amarahnya di dalam dadanya, sehingga dampak dari amarah itu tidak tampak dalam perilaku kesehariannya: tidak pernah mencela, mencaci maki, merasa sakit hati, dan memusuhi orang lain. Mereka mampu menguasai diri mereka dan mampu untuk tidak mendendam.
- *"Dan, memaafkan kesalahan (orang)."* **(QS. Ali 'Imrân: 134)** Mereka adalah orang-orang yang suka memaafkan, bersikap toleran, dan tidak membalas orang yang menyakiti karena dendam. Mereka tidak saja menahan amarah namun lebih dari itu, bersabar dan memaafkan.
- *"Allah menyukai orang-orang yang berbuat kebajikan."* **(QS. Ali 'Imrân: 134)** Mereka adalah orang-orang yang memberi maaf kepada orang yang menzalimi mereka, bahkan berbuat baik kepada mereka, membantu dengan harta mereka, dengan kedudukan mereka,

dan dengan kebaikan hati mereka. Ketika ada orang yang jahat, mereka membalasnya dengan kebaikan. Dengan dasar itu, mereka ditempatkan pada tingkatan tertinggi dan kedudukan yang paling agung.

- Definisikan dengan jelas apa saja yang membuat Anda bahagia. Catatlah hal-hal yang paling membahagiakan itu secara berurutan. Apakah kebahagiaan itu muncul setelah Anda bertemu dengan seorang tertentu, setelah Anda pergi ke suatu tempat tertentu, atau setelah Anda melakukan sebuah amalan? Jika Anda mengikuti rutinitas dengan baik, catatlah itu. Maka, setelah seminggu berikutnya Anda dipastikan telah dapat meresapi sebuah aliran rutinitas itu, dan Anda akan merasa bahagia.
- Biasakan diri Anda untuk melakukan kegiatan-kegiatan yang membuat Anda gembira. Setelah Anda menentukan apa saja hal-hal yang membuat bahagia, jauhi hal-hal lain dari pikiran Anda. Lakukan semua kemungkinan yang mengarah pada terealisasikannya hal-hal yang membuat bahagia itu, dan jauhkan yang lainnya. Dan, anggaplah keputusan Anda untuk memastikan pencapaian kebahagiaan ini sebagai sebuah percobaan yang menyenangkan dengan tingkat keseriusan yang sebenarnya.
- Terimalah diri Anda apa adanya. Satu hal yang sangat penting adalah proses berpikir yang Anda jalani; hingga harus menentukan bahwa Anda menerima diri Anda apa adanya, sampai Anda yakin sekali bahwa Anda berbuat dengan jatidiri Anda, dan sampai Anda tidak mengabaikan kritikan yang membentur-bentur perasaan Anda. Yakni, sepanjang tetap berada di atas jalan yang benar. Karena kebahagiaan itu akan tersisih dengan sendirinya ketika keraguan atau perasaan bersalah itu merasuki ruang pikiran Anda.
- Berbuatlah kebaikan dan berbaktilah kepada orang lain. Jangan diam menyendiri. Sebab menyendiri merupakan sumber kesengsaraan. Semua bentuk keperihan, kesedihan, dan kedukaan itu akan lenyap pada saat Anda berkumpul bersama keluarga dan banyak orang, serta melakukan kebajikan untuk mereka. Bahkan, direkomendasikan bahwa melakukan kebajikan sekali dalam dua minggu bisa menjadi obat kedukaan.
- Ciptakan diri Anda selalu punya kegiatan. Dengan kata lain, Anda harus berusaha—dengan penuh kesadaran dan kemauan—untuk memanfaatkan kemampuan diri dan melakukan kemungkinan-kemungkinan yang bisa dilakukan. Dijamin, Anda akan merasa lebih bahagia bila melakukan sesuatu yang indah. Kemalasan hanya akan menyuburkan kedukaan.
- Perangilah kesusahan dan kedukaan. Jika Anda dibuat bingung oleh sebuah permasalahan, bangkitlah untuk melakukan kegiatan yang disukai. Karena dengan begitu Anda telah melakukan hal yang positif terhadap keadaan jiwa dan hati. Dan, Anda juga bisa mencoba teknik lama yang telah terbukti berhasil membuat

hati bahagia misalnya, dengan melakukan olahraga tertentu atau berjalan-jalan bersama para sahabat.

- Tak usah bersedih dengan pekerjaan yang tidak bisa Anda selesaikan dengan sempurna. Harus disadari bahwa pekerjaan orang-orang besar pun, juga tidak selesai dengan sempurna. Ada memang sejumlah orang yang baru bisa merasa sreg ketika mereka berhasil menyelesaikan semua pekerjaan. Seorang yang bertanggung jawab bisa melakukan kemungkinan yang bisa dilakukannya dengan sikap yang tidak meremehkan, dan pada saat yang bersamaan juga sangat menikmati pekerjaannya itu.
- Jangan berlebih-lebihan dalam berlomba dan bertarung. Belajarlah agar Anda bisa bersikap toleran terhadap diri sendiri. Terutama, ketika Anda berhasil mengalahkan seseorang dalam sebuah pekerjaan tertentu. Anda membiarkan perasaan Anda begitu saja, tanpa memberikan kebahagiaan sedikit pun dengan kemenangan yang Anda raih.
- Jangan mengekang perasaan. Mengekang perasaan akan menyebabkan jiwa terganggu, dan akan menghalangi munculnya perasaan bahagia. Jangan sembunyikan perasaan Anda. Ungkapkan semua perasaan Anda dengan cara yang sesuai, karena akan membebaskan jiwa Anda dari tekanan yang menghimpit.
- Jangan memikul dosa orang lain. Banyak orang yang menyesal, merasa harus bertanggung jawab dan berdosa karena melihat orang lain bersedih walaupun sebenarnya kesedihan orang lain itu tidak ada sangkut pautnya dengan dirinya. Ingatlah bahwa setiap orang bertanggung jawab terhadap dirinya sendiri, dan bahwa bersikap solider dan membantu itu ada batasnya. Dan, setiap orang tahu tentang batas kemampuan dirinya: *"Dan, tidaklah seseorang membuat dosa melainkan kemudhratannya kembali kepada dirinya sendiri."* **(QS. Al-An'âm: 164)**
- Ambillah keputusan dengan cepat. Orang yang selalu menunda-nunda keputusannya untuk waktu yang lama, berarti dia sendiri yang telah menyita waktu-waktu bahagianya. Ingatlah bahwa keputusan yang sudah diambil bukan berarti tidak bisa ditinjau lagi atau diperbaiki di kemudian hari.
- Kenalilah potensi diri Anda. Ketika Anda menimbang-nimbang untuk melakukan sesuatu, maka ingatlah kalimat bijak ini: "Allah akan menurunkan rahmat kepada seseorang yang menyadari kemampuan dirinya". Jika usia Anda telah mencapai lima puluh tahun lebih dan masih ingin berolahraga, maka pertimbangkan mana yang akan Anda lakukan, jogging, renang, atau tenis. Jangan berpikir untuk main sepak bola. Dan, tetaplah selalu mengasah ketrampilan Anda.
- Belajarlah bagaimana mengenali diri. Membatasi diri dalam kehidupan ini dengan tidak memberikan kesempatan untuk mengasah karakter dan tanggung jawab Anda dalam kehidupan ini, adalah sebuah kebodohan besar. Orang-orang yang tidak memahami siapa

diri sendiri, maka tidak akan pernah dapat mengenali kemampuan mereka.

- Bersahajalah dalam menjalani kehidupan keseharian. Sebisa Anda, bekerjalah pada sebagian waktu Anda. Orang-orang Yunani percaya bahwa orang tidak mungkin bisa menjaga naluri manusianya jika dia tidak diberi waktu luang atau longgar.
- Bersiapsiagalah selalu untuk memasuki sebuah pertarungan: satu-satunya cara untuk menuju kehidupan yang menyenangkan adalah dengan menantang bahaya yang masih bisa diperhitungkan. Anda tidak akan pernah belajar jika tidak bertekad bulat untuk menghadapi bahaya. Belajarlah berenang, misalnya, untuk menghadapi bahaya tenggelam.
- Tidak ada gembok yang tidak bisa dibuka. Tidak ada simpul yang tidak bisa dilepas, tidak ada jarak yang jauh yang tidak bisa didekatkan, dan tidak ada yang hilang yang tidak bisa ditemukan. Dan, semua itu ada saatnya.
- *"Dan, mintalah pertolongan (kepada Allah) dengan sabar dan shalat."* **(QS. Al-Baqarah: 45)**. Baik sabar maupun shalat adalah bahan bakar kehidupan, bekal perjalanan, pintu harapan, dan kunci menuju jalan keluar. Artinya, orang yang bersabar, dan selalu menjaga shalat maka, "Kabarkanlah kepadanya tentang fajar yang menyingsing, kemenangan yang nyata, dan pertolongan yang dekat."
- Bilal mengalami banyak penyiksaan: dicambuk, digebuk, disiksa, dijemur, dan diusir. Namun dia selalu mengatakan, "*Ahad* (satu), *ahad* (satu)." Bilal benar-benar memegang makna "*Qul huwallâhu a<u>h</u>ad.*" Sesampainya di surga, Bilal menyadari betapa kecil pengorbanan yang telah ia lakukan, dan betapa sedikit yang telah ia persembahkan. Ternyata, barang dagangan yang ditawarkan di surga lebih mahal nilainya sekian kali lipat daripada harga yang bisa dibayarkan untuk mendapatkannya.
- Apakah dunia itu? Apakah dunia itu pakaian, yang jika mahal harganya maka Anda yang dipakainya dan bukan pakaian itu yang Anda pakai; atau seorang istri, yang jika cantik maka akan mengiris-iris hati Anda dengan menggantungkan cinta Anda; atau harta, yang jika banyak maka Anda akan menjadi kuncennya? Demikianlah kebahagiaan dunia (yang selalu membuat pikiran ruwet) itu. Lalu bagaimana dengan kesedihannya?
- Setiap orang yang berpikir akan berusaha bagaimana caranya mendapatkan kebahagiaan lewat ilmu, harta, atau kedudukan yang dimilikinya. Orang yang paling bahagia di antara mereka adalah orang yang beriman. Sebab kebahagiannya bersifat kebal oleh keadaan yang bagaimanapun, hingga nanti ketika bertemu *Rabb*-nya.
- Salah satu bentuk kebahagiaan adalah hati yang terhindar dari berbagai penyakit yang sangat serius, misalnya; ragu, tidak menerima, berpaling dari Allah, tidak yakin, *syubuhat*, dan hawa nafsu.

- Orang yang paling banyak merenung adalah orang yang paling banyak memaafkan sesama, karena dia mendasarkan sikap dan ucapannya dengan cara yang paling santun. Orang seperti itulah yang akan memberikan ketenangan kepada dirinya dan orang lain.
- *"Sebab itu berpegang teguhlah kepada apa yang Aku berikan kepadamu dan hendaklah kamu termasuk orang-orang yang bersyukur."* **(QS. Al-A'râf: 144)** Terimalah apa yang ada pada diri Anda, terimalah rezeki Anda, kembangkan bakat yang ada dalam diri Anda, atur kemampuan Anda untuk hal-hal yang bermanfaat, dan bersyukurlah kepada Allah atas semua karunia-Nya.
- Jangan membaca saja setiap hari, jangan berpikir saja setiap hari, jangan menulis saja setiap hari, dan jangan menghafal saja setiap hari, tapi lakukanlah semua kegiatan itu sesuai kebutuhan. Dan yang lebih penting, carilah kegiatan-kegiatan yang variatif, karena pergantian dari satu kegiatan ke kegiatan yang lain akan membuat jiwa menjadi lebih bersemangat.
- Waktu-waktu shalat itu mengatur waktu-waktu yang ada dalam sehari. Karena itu, lakukanlah amalan yang bermanfaat setiap usai shalat.
- Pilihan yang baik bagi seorang hamba adalah apa yang Allah pilihkan baginya, sebab Allah lebih mengetahui tentang pilihan itu daripada yang bersangkutan sendiri, dan Allah lebih mengasihi hamba-Nya daripada ibu yang melahirkannya. Karenanya, hamba harus menerima ketentuan *Rabb*-nya, menyerahkan semua kepada-Nya, dan mencukupkan diri dengan kecukupan yang diberikan *Rabb* kepadanya.
- Karena ketidakmampuannya seorang hamba tidak tahu apa yang terjadi di balik tabir kegaiban. Yang dilihatnya hanyalah hal-hal yang lahiriyah saja. Sedangkan hal-hal yang tersembunyi hanya Allah yang tahu. Betapa banyak cobaan yang ternyata adalah karunia, dan betapa banyak bencana yang kemudian menjelma menjadi nikmat. Pada dasarnya kebaikan itu dibungkus oleh hal-hal yang tak disukai.
- Bapak kita Adam makan buah dari pohon yang dilarang, tidak taat kepada *Rabb*-nya. Oleh karenanya, Adam kemudian diturunkan ke muka bumi. Secara lahiriah, permasalahan itu menunjukkan bahwa Adam meninggalkan hal paling baik dan paling benar, dan bahwa ia masuk dalam wilayah yang tidak disukainya. Tapi ternyata akibatnya adalah kebaikan yang sangat agung, dan keutamaan yang sangat besar. Dengan kejadian itu, Allah menerima taubatnya, memberikan hidayah kepadanya, dan memilihnya sebagai nabi-Nya. Selanjutnya, dari tulang sulbinya Allah menurunkan para rasul, nabi, ulama, syuhada, wali, mujahid, ahli ibadah, dan orang-orang yang menginfakkan harta mereka di jalan Allah. Maha Suci Allah, berapa banyak Dia menjelaskan firman-Nya: *"Diamilah oleh kamu dan istrimu surga ini, dan makanlah makanan-makanannya yang*

banyak lagi baik." **(QS. Al-Baqarah: 35).** Dan, berapa banyak pula Dia menjelaskan firman-Nya, *"Kemudian* Rabb*-nya memilihnya, maka Dia menerima taubatnya dan memberinya petunjuk."* **(QS. Thâhâ: 122)** Sebelum kejadian itu, yang dilakukan Adam hanya bertenang-tenang, makan dan minum, yang merupakan kecenderungan umat manusia pada umumnya, tidak punya greget dan obsesi. Tapi setelah dipilih, didaulat sebagai nabi, dan diberi petunjuk, maka berubahlah segalanya, ia menjadi agung, kedudukannya terangkat, dan kemuliaannya menjadi sangat tinggi.

- Daud juga pernah melakukan kesalahan, lalu dia menyesal dan menangis (atas kesalahannya itu). Karena penyesalannya itu ia berhak mendapatkan nikmat yang paling agung berupa pengetahuannya yang mendalam tentang *Rabb*-nya. Yakni, pengetahuan yang didapatkan oleh seorang hamba yang taat, yang merasa rendah diri, yang khusyu', dan yang merasa bersalah. Inilah sebenarnya tujuan dari *ubudiyah* itu. Sebab salah satu rukun *ubudiyah* itu adalah perasaan rendah diri secara utuh terhadap Allah. Syaikhul Islam ibn Taimiyyah pernah ditanya tentang sabda Rasulullah, "*Sungguh mengagumkan perkara orang mukmin itu. Allah tidak menentukan baginya sesuatu kecuali itu baik baginya"*, apakah ini mencakup qadha` Allah bahwa seorang hamba harus melakukan kemaksiatan? Jawab Ibn Taimiyyah, "Ya, namun dengan syarat, misalnya penyesalan, komitmen untuk bertaubat, permohonan ampunan, dan perasaan berdosa." Secara lahiriah menentukan seorang hamba dalam kemaksiatan tentu saja tidak disukai oleh hamba tersebut. Tapi inti dari ketentuan Allah ini sangat menyenangkan karena mengaitkannya dengan persyaratannya.

- Yang dipilihkan Allah untuk Rasulullah merupakan sebuah kenyataan yang sangat besar. Segala hal yang tidak menyenangkan menjelma menjadi sesuatu yang sangat dicintai dan disukai. Kedustaan kaumnya terhadap dirinya, dan pernyataan perang mereka terhadap dirinya telah menjadi penyebab dibangunnya pasar jihad, ketukan di hati untuk menolong agama Allah, dan pengorbanan di jalan-Nya. Oleh karena itu, semua peperangan di mana Allah selalu memberikan pertolongan kepada Rasul-Nya telah menjadi sebuah kemenangan atasnya. Dan dengannya, Allah menjadikan kaum mukminin sebagai syuhada yang merupakan pewaris surga Na'im. Kalau bukan karena konfrontasi dengan orang-orang kafir seperti itu, niscaya kebaikan yang besar dan kemenangan yang agung ini tidak akan pernah tercapai. Ketika Rasulullah diusir dari Makkah, secara lahiriah, itu merupakan hal yang sangat tidak mengenakkan. Namun secara makna yang lebih dalam, pengusiran itu merupakan kebaikan, kemenangan, dan karunia. Dengan berpindah tempat Rasulullah bisa; memulai membangun negara Islam, mendapatkan para penolong (Anshar) dari penduduk setempat, menampakkan perbedaan antara orang-orang yang beriman dan orang-orang yang kafir, dan semakin menguatkan pemahaman orang yang tulus mengikuti ajarannya terhadap keimanannya

sendiri. Juga, terhadap fungsi kepindahannya, dan terhadap jihad yang dilakukannya, yang berbanding terbalik dengan orang yang dusta. Pada saat Rasulullah dan para sahabatnya kalah dalam perang Uhud, secara lahiriah, ini merupakan tamparan yang menyakitkan dan berat untuk menerimanya. Tapi justru dari kekalahan itu, muncul kebaikan dan peningkatan kualitas ikhtiar di kalangan kaum muslimin yang lebih pesat dari yang diperkirakan semula. Kekalahan ini telah menghapuskan kesombongan beberapa orang dengan kemenangan mereka di perang Badar, menghapuskan sikap terlalu percaya diri, dan menghapuskan keyakinan bahwa mereka terlalu mengandalkan pada rasa percaya diri itu. Di samping itu, Allah juga telah menjadikan beberapa orang terpilih dari kaum muslimin sebagai syuhada, misalnya Hamzah si penghulu para syahid, Mush'ab sang diplomat Islam, dan Abdullah ibn 'Amr ayah Jabir yang pernah diajak berbicara oleh Allah bersama sahabat yang lain. Dan dengan perang Uhud, maka jelaslah mana orang-orang munafik dan mana yang bukan. Topeng mereka terbuka, rahasia mereka tersingkap, dan kedok yang selama ini dipakai untuk bersembunyi telah dihancurkan oleh Allah. Selain kejadian itu, masih banyak lagi peristiwa-peristiwa yang ternyata memiliki nilai positif yang tak terhingga, yang secara lahiriyah menyakitkan, tapi makna lebih dalamnya ternyata kebaikan bagi Rasulullah pribadi dan kaum muslimin pada umumnya.

- Orang yang menyadari bahwa pilihan Allah adalah yang terbaik bagi hamba-Nya, akan merasakan bahwa musibah dan kesulitan apapun terasa ringan dan mudah. Dan, dia akan senantiasa menantikan kebaikan Allah yang serupa dan tidak pernah bersedih dengan apapun yang terjadi. Semua itu disebabkan oleh keyakinannya terhadap kebaikan, kemurahan, dan pilihan Allah. Pada saat itulah, kesedihan, keruwetan, dan kesempitan hati akan sirna, dan dia menyerahkan semua perkaranya kepada *Rabb* Yang Maha Tinggi. Tidak ada istilah tidak menerima, menentang, dan murung. Tapi sebaliknya, bersyukur dan bersabar sampai akhirnya nanti tampak akibatnya dengan sendirinya, dan mendung musibah itu berlalu.
- Nuh a.s. diteror selama sembilan ratus lima puluh tahun menjalankan dakwahnya. Tapi dia sabar, selalu menunggu pahala dari Allah, dan terus tetap menyebarkan dakwahnya untuk kembali kepada tauhid tanpa kenal waktu. Akhirnya Allah pun menyelamatkannya dan menghancurkan musuh-musuhnya dengan banjir besar.
- Ibrahim a.s. dimasukkan ke dalam api, lalu Allah menjadikan api itu dingin dan keselamatan bagi Ibrahim. Allah melindunginya dari kekejaman Namrud, menyelamatkannya dari tipu daya kaumnya, dan menolongnya untuk mengatasi mereka. Allah kemudian menjadikan agamanya kekal di muka bumi.
- Musa a.s. selalu diintai oleh Fir'aun, jerat-jerat tipuan dipasang untuk menjebaknya, dan berbagai bentuk teror dilakukan untuk

mengusirnya. Tapi kemudian Allah menolongnya, dan memberinya tongkat yang menelan apa yang mereka sulapkan, yang dipakai untuk membelah laut, dipakai mengeluarkan mukjizat yang lain, dan oleh Allah dipakai untuk menghancurkan dan menghinakan musuh-Nya.

- Isa a.s. diperangi oleh Bani Israel, dan dicemarkan nama baiknya, kehormatan ibunya, dan misi yang dibawanya. Dan, mereka ingin membunuhnya. Oleh karena itu, Allah mengangkatnya, menolongnya, dan menjadikan musuh-musuhnya menuai kerugian.
- Sedangkan Rasulullah, mendapat teror yang sangat berat oleh kaum musyrikin, Yahudi, maupun Kristen. Berbagai cobaan yang berupa pendustaan, konfrontasi, pengusiran, olok-olok, pelecehan, umpatan, cercaan, dan tuduhan sebagai orang gila, dukun, penyair, tukang sihir, dan tukang bikin-bikin ayat, telah dirasakannya. Para sahabatnya diusir, diperangi, dibunuh, para pengikutnya dihinakan, istri-istrinya dituduh melakukan perbuatan yang tidak senonoh, didera oleh berbagai macam hinaan, diancam dengan berbagai ancaman dan teror, diputuskan seluruh mata penghidupannya, dibuat lapar, dimiskinkan, dilukai, dilempar batu hingga gerahamnya copot, kepalanya terluka, harus rela kehilangan pamannya Abu Thalib yang selama ini membantunya, istrinya Khadijah yang meninggalkannya terlebih dulu, pernah diblokade di Syi'ib sampai dia dan para sahabatnya harus makan daun-daunan, ditinggal oleh puteri-puterinya meninggal, ruh anaknya (Ibrahim) dicabut di depan matanya sendiri, kekalahan yang menyakitkan dalam perang Uhud, mayat Hamzah (pamannya) dikoyak-koyak perutnya di perang Uhud, harus menghadapi usaha pembunuhan terencana berkali-kali, harus mengikatkan batu di atas perutnya untuk mengganjal rasa lapar, terkadang tidak mendapatkan sepotong roti gandum atau kurma yang paling jelek kualitasnya sekali pun, dan harus menelan pil pahit kehidupan. Selanjutnya, dia dan para sahabatnya diintimidasi, hati mereka dibuat terhimpit hingga sampai kerongkongan. Semua rencananya dihalangi. Dia harus menghadapi perlakuan kasar orang-orang yang kejam, kezaliman orang-orang yang sombong, perlakukan jahat orang-orang Badui Arab, kesombongan orang-orang yang kaya, kedengkian orang-orang Yahudi, makar orang-orang munafik, dan kelambatan respon orang terhadap dakwah yang disebarkannya. Namun akhirnya akibat baiknya tertuju untuk dirinya, dan kemenangan berpihak padanya. Dan, Allah pun memenangkan agama-Nya, menolong hamba-Nya, menghancurkan musuh-musuh-Nya. Allah berkuasa terhadap perkara-Nya tetapi kebanyakan manusia tiada mengetahuinya.
- Abu Bakar r.a. selalu sabar dengan semua kesulitan yang dihadapinya, menganggap semua kesulitan itu sebagai mudah selama untuk kepentingan agama, rela menginfakkan hartanya, mengorbankan kedudukannya, dan rela memberikan apa saja yang mahal maupun

yang murah di jalan Allah hingga akhirnya dia mendapatkan gelar *ash-Shiddiq*.

- Umar ibn Khaththab r.a. harus mengakhiri hidupnya dengan berlumuran darah di mihrabnya setelah sebuah kehidupan yang penuh dengan jihad, pengorbanan, kezuhudan, ke-*wara'*-an, dan penegakan keadilan di antara umat manusia.
- Utsman ibn 'Affan r.a. dibokong saat sedang membaca al-Qur`an. Nyawanya pergi sebagai ongkos atas prinsip-prinsip dan misi kekhilafahannya.
- Ali ibn Abi Thalib r.a. dibunuh secara licik di masjid justru karena sikapnya yang agung, peran yang patut dicontoh berupa pengorbanannya, tebusan nyawa yang dijaminkannya, pertolongan yang diberikannya, dan kebenaran yang ditegakkannya.
- Al-Husein ibn Ali r.a. diberi karunia berupa kesaksian. Tapi dia harus mati dengan pedang kezaliman dan permusuhan.
- Said ibn Jubair seorang alim yang zuhud dibunuh oleh Al-Hajjaj, dan Al-Hajjaj pun kemudian harus menanggung dosa-dosanya.
- Allah memuliakan Ibn Zubair dengan kematian sebagai seorang syahid di tanah Haram di tangan Al-Hajjaj ibn Yusuf, yang zalim itu.
- Imam Ahmad dipenjarakan karena membela kebenaran, dan mati karena didera cambuk. Tapi akhirnya dia didaulat menjadi imam ahli Sunah wal Jama'ah.
- Al-Watsiq membunuh Imam Ahmad ibn Nashr Al-Khuza'i, seorang dai ahli Sunah, karena mengatakan perkataan yang benar.
- Syaikhul Islam ibn Taimiyah dipenjara dan tidak boleh bertemu dengan keluarga, sahabat, dan buku-bukunya. Tapi justru dengan itu Allah mengangkat namanya di seluruh dunia.
- Imam Abu Hanifah pernah didera cambuk atas perintah Abu Ja'far al-Manshur.
- Said ibn al-Musayyab, seorang alim *rabbani*, didera dengan cambuk oleh gubernur Madinah.
- Malik ibn Anas, imam Madinah, pernah didera cambuk oleh penguasa Madinah.
- Imam Abdullah ibn 'Aun seorang imam ahli hadits dipukul oleh Bilal ibn Abu Burdah.
- Jika diteruskan cerita tentang orang yang mendapat ujian dan cobaan baik dengan cara diisolir, dipenjara, didera, dibunuh atau disiksa maka pasti akan sangat panjang. Namun apa yang telah saya sebutkan di atas saya anggap sudah sangat cukup.

Penutup

Kepada saya dan Anda, marilah menghadap kepada Yang Maha Esa dan Maha Mulia, Maha Tunggal, tempat bergantung semua, agar kita semua bersimpuh di depan pintu gerbang *rububiyah*-Nya, berlindung di pintu *wahdaniyah*-Nya, memohon dan senantiasa memohon, meminta, dan menunggu apa yang Dia berikan. Dialah Pemberi afiat, Pemberi kesehatan, dan Yang Maha Mencukupi. Dan, Dia adalah Pencipta, Pemberi rezeki, Yang memberi hidup dan Yang mematikan.

Ya Rabb kami, berilah kami kebaikan di dunia dan kebaikan di akhirat, dan peliharalah kami dari siksa neraka. **(QS. Al-Baqarah: 201)**

اللَّهُمَّ إِنَّا نَسْأَلُكَ الْعَفْوَ وَالْعَافِيَةَ وَالْمُعَافَاةَ الدَّائِمَةَ فِي الدُّنْيَا وَالآخِرَةِ

"Ya Allah, kami mohon kepada-Mu ampunan, afiat, dan kebaikan yang lestari di dunia dan akhirat."

اللَّهُمَّ إِنَّا نَسْأَلُكَ مِنْ خَيْرِ مَا سَأَلَكَ مِنْهُ نَبِيُّكَ مُحَمَّدٌ وَنَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ مَا اسْتَعَاذَ مِنْهُ نَبِيُّكَ مُحَمَّدٌ

"Ya Allah kami memohon semua kebaikan yang pernah diminta oleh Nabi-Mu, Muhammad, dan kami berlindung dari semua kejahatan yang pernah diminta oleh Nabi-Mu, Muhammad."

اللَّهُمَّ إِنَّا نَعُوذُ بِكَ مِنَ الْهَمِّ وَالْحَزَنِ وَنَعُوذُ بِكَ مِنَ الْعَجْزِ وَالْكَسَلِ وَنَعُوذُ بِكَ مِنَ الْجُبْنِ وَالْبُخْلِ وَنَعُوذُ بِكَ مِنْ غَلَبَةِ الدَّيْنِ وَقَهْرِ الرِّجَالِ

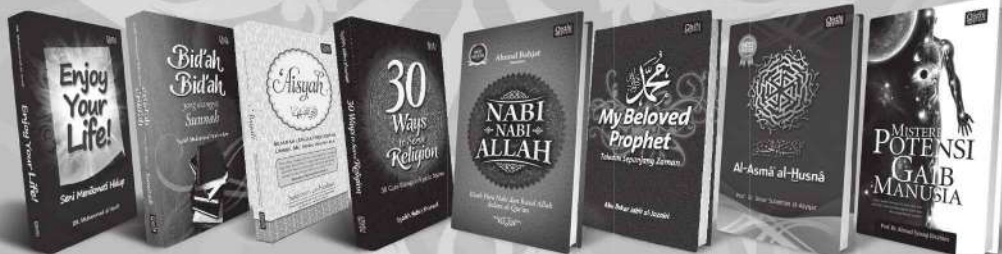
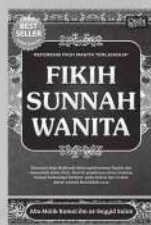
"Ya Allah, kami berlindung kepada-Mu dari rasa gundah dan sedih, kami berlindung dari sikap lemah dan malas, kami berlindung dari sikap kikir, pengecut, dari tekanan hutang, dan kejahatan orang-orang yang jahat."

Maha Suci *Rabb*-mu Yang mempunyai keperkasaan dari apa yang mereka katakan. Semoga kesejahteraan dilimpahkan atas para Rasul. Dan segala puji bagi Allah *Rabb* seru sekalian alam.

Lengkapi Koleksi Anda

Menjadi Wanita Paling Bahagia

Inilah karya Dr. 'Aidh al-Qarni yang khusus dihadiahkan untuk kaum wanita. Buah perenungan yang tidak hanya sekadar untaian kata, namun juga kisah-kisah berhikmah yang membuktikan kebenaran nilai dan pesan-pesan robbaniyah.

Rp. 70.000,-

Rp. 122.000,- Rp. 102.000,- Rp. 85.000,- Rp. 53.000,- Rp. 130.000,- Rp. 115.000,- Rp. 86.000,- Rp. 77.000,-

Rp. 125.000,-

Rp. 92.000,-

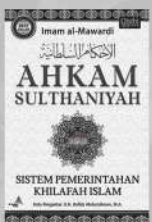
Rp. 85.000,-

Rp. 115.000,-

Rp. 215.000,-

Rp. 95.000,-

Rp. 110.000,-

Rp. 90.000,-

Rp. 100.000,-

Rp. 95.000,-

Rp. 80.000,-

Rp. 110.000,-